



ใบรับรองวิทยานิพนธ์
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (สังคมวิทยาประยุกต์)

ปริญญา

สังคมวิทยาประยุกต์

สังคมวิทยาและมานุษยวิทยา

สาขา

ภาควิชา

เรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงกับคุณภาพ
ชีวิตของประชาชนตำบลสุโสะ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง

Relationship between Personal Characteristics Self-Sufficiency Economy Living and
People's Quality of Life in Tambon Suso, Amphoe Palian, Changwat Trang

นามผู้วิจัย นายชัยวัฒน์ ชีระกุลพิศุทธิ์

ได้พิจารณาเห็นชอบโดย

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

(รองศาสตราจารย์ณรงค์ ศรีสวัสดิ์, Ph.D.)

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม

(อาจารย์อรนัฏดา ชินศรี, Ph.D.)

หัวหน้าภาควิชา

(อาจารย์ธนาธิ คำยา, สค.ม.)

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์รับรองแล้ว

(รองศาสตราจารย์กัญจนา ชีระกุล, D.Agr.)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

วันที่ เดือน พ.ศ.

วิทยานิพนธ์

เรื่อง

ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงกับคุณภาพชีวิต
ของประชาชนตำบลสุโสะ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง

Relationship between Personal Characteristics Self-Sufficiency Economy Living and People's
Quality of Life in Tambon Suso, Amphoe Palian, Changwat Trang

โดย

นายชัยวัฒน์ ชีระกุลพิศุทธิ์

เสนอ

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
เพื่อความสมบูรณ์แห่งปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (สังคมวิทยาประยุกต์)

พ.ศ. 2554

ชัยวัฒน์ ชีระกุลพิศุทธิ์ 2554: ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงกับคุณภาพชีวิตของประชาชนตำบลสุโษะ อำเภอบะเหลียน จังหวัดตรัง วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (สังคมวิทยาประยุกต์) สาขาสังคมวิทยาประยุกต์ ภาควิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก: รองศาสตราจารย์ณรงค์ ศรีสวัสดิ์, Ph.D. 135 หน้า

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาระดับคุณภาพชีวิตของประชาชน ตำบลสุโษะ อำเภอบะเหลียน จังหวัดตรัง 2) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงกับคุณภาพชีวิตของประชาชน ตำบลสุโษะ อำเภอบะเหลียน จังหวัดตรัง 3) หาข้อเสนอแนะในการพัฒนาคุณภาพชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงให้แก่ประชาชน ตำบลสุโษะ อำเภอบะเหลียน จังหวัดตรัง เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 311 คน วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทดสอบสมมติฐานด้วยการวิเคราะห์ถดถอยพหุแบบขั้นตอน โดยกำหนดนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศชาย มีอายุระหว่าง 41-60 ปี มีการศึกษาระดับชั้นประถมศึกษาหรือต่ำกว่า มีสถานภาพสมรสแล้ว มีจำนวนสมาชิกในครัวเรือน 4-6 คน อาชีพหลักคือ ทำสวนยางพารา มีรายได้ต่อเดือนเฉลี่ย 18,427.91 บาท รายจ่ายต่อเดือนเฉลี่ย 13,019.94 บาท และส่วนใหญ่เคยได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง ตัวแปรที่สามารถร่วมกันทำนายคุณภาพชีวิตของประชาชน ได้แก่ การมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี ความพอประมาณ การมีความรู้ มีเหตุผล สถานภาพสมรส จำนวนสมาชิกในครัวเรือน และการมีคุณธรรม โดยตัวแปรทั้งหมดสามารถร่วมกันทำนายคุณภาพชีวิตของประชาชนได้ร้อยละ 29.6 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ข้อเสนอแนะการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนที่ได้จากการศึกษาในครั้งนี้คือ หัวหน้าครัวเรือนและผู้นำชุมชนควรชี้แจงและส่งเสริมให้สมาชิกในครัวเรือนและชุมชนได้ตระหนักถึงรูปแบบและวิธีการของการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง เพราะถือเป็นแนวทางหนึ่งที่จะช่วยยกระดับคุณภาพชีวิตของประชาชนให้ดีขึ้น และจะดีขึ้นอย่างยั่งยืน

ลายมือชื่อนิติ

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

Chaiwat Teerakunpisut 2011: Relationship between Personal Characteristics Self-Sufficiency Economy Living and People's Quality of Life in Tambon Suso, Amphoe Palian, Changwat Trang. Master of Arts (Applied Sociology), Major Field: Applied Sociology, Department of Sociology and Anthropology. Thesis Advisor: Associate Professor Narong Srisawas, Ph.D. 135 pages.

The purposes of this research were 1) to study the quality of life of the people in Tambon Suso, Amphoe Palian, Changwat Trang 2) to demonstrate the relationship between personal characteristics of the people living under the self-sufficiency economy and people's quality of life in Tambon Suso, Amphoe Palian, Changwat Trang and 3) to achieve suggestions on improving the quality of life under the sufficiency economy for the people in Tambon Suso, Amphoe palian, Changwat Trang. Questionnaires were instruments for collecting data with the stratified random sampling of 311 samples. Analysis statistics used to investigate the hypothesis with the significant level at 0.05 were percentage, mean, standard deviation, and stepwise multiple regression analysis.

The results found that the majority were male, 40-60 years of age, secondary school level educated, married, of 4-6 persons per households in size with, the main occupation of rubber plantation, the average monthly income of 18,427.91 baht , the average expenditure per month of 13,019.94 baht , and received information on the sufficiency economy. Variables that could predict quality of life were immunization in good and modest intellectuality, reasonable married number of family members and the morality. All variables predicting the quality of life of the people were 29.6 percent and statistically significant at the 0.05 level.

Suggestion for improving the quality of life of the people from this study is household heads and community leaders should explain and promote family and community members to be aware of the forms and procedures of the sufficiency of life. It is one way to help improve the quality of life of the people into a more sustainability.

Student's signature

Thesis Advisor's signature

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.ณรงค์ ศรีสวัสดิ์ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก อาจารย์ ดร.อรนัฏดา ชินศรี อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์รอง ที่กรุณาให้ความรู้ คำแนะนำ ตลอดจนตรวจแก้ไขวิทยานิพนธ์ฉบับนี้จนเสร็จสมบูรณ์อย่างใกล้ชิดเสมอมา รวมทั้งศาสตราจารย์ ดร.ปราโมทย์ ประสาทกุล ผู้ทรงคุณวุฒิภายนอก และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.โสวัตรี ณ ถลาง ประธานการสอบ ที่ได้ให้ข้อคิดเห็นเพิ่มเติม อันเป็นประโยชน์ต่อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ให้มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขอขอบพระคุณ คุณสุรพงษ์ หงษ์สตาร์ ผู้ใหญ่บ้าน หมู่ที่ 3 ตำบลสุโตะ และคุณวิโรจน์ เสียมไหม ผู้ใหญ่บ้านหมู่ที่ 5 ตำบลสุโตะ ที่กรุณาเสียสละเวลาในการหาข้อมูลจำนวนประชากร และอำนวยความสะดวกในการลงพื้นที่เพื่อทำการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ด้วยดีมาโดยตลอด และผู้วิจัยขอขอบคุณกำลังใจจากรุ่นพี่ และเพื่อนๆ สังคมวิทยาประยุกต์ รุ่นที่ 15 ทุกคน ที่คอยให้กำลังใจและให้ความช่วยเหลือแก่ผู้วิจัยมาโดยตลอด

ท้ายที่สุด ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อชิต คุณแม่ชูชีพ ชีระกุลพิศุทธิ์ ที่ให้กำเนิดให้การอุปการะ อบรมสั่งสอน สนับสนุนและเป็นกำลังใจให้ลูกตลอดมา และขอกราบขอบพระคุณ คุณปู่หลิมผู้ที่อยู่ในวัยชรามากแล้ว และคุณย่าโห้ยผู้ที่เพิ่งล่วงลับไปโดยไม่ทันได้เห็นความสำเร็จของหลานชายในวันนี้ และขอบคุณครอบครัวชีระกุลพิศุทธิ์ทุกคนที่คอยเป็นกำลังใจเสมอมา

คุณประโยชน์ที่เกิดขึ้นจากวิทยานิพนธ์เล่มนี้ ขอมอบให้แก่พ่อแม่ และครอบครัว คุณครู อาจารย์ผู้ประสิทธิ์ประสาทวิชาทั้งหลาย และผู้ที่คอยให้กำลังใจอย่างใกล้ชิดตลอดมา

ชัยวัฒน์ ชีระกุลพิศุทธิ์
กุมภาพันธ์ 2554

สารบัญ

หน้า

สารบัญตาราง	(3)
สารบัญภาพ	(5)
บทที่ 1 บทนำ	1
ความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	3
ขอบเขตของการวิจัย	4
ประโยชน์ที่ได้รับ	4
นิยามศัพท์	5
บทที่ 2 การตรวจเอกสาร	8
แนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิต	9
แนวคิดเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง	18
แนวคิดเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง	32
แนวคิดเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงกับคุณภาพชีวิต	36
คุณภาพชีวิตตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง	38
เอกสารและผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	41
กรอบแนวคิดในการวิจัย	55
สมมติฐานการวิจัย	56
บทที่ 3 วิธีการวิจัย	57
ประชากรที่ใช้ในการวิจัย	57
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยและการแปลผลข้อมูล	60
การทดสอบเครื่องมือ	63
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	64
ระยะเวลาที่ใช้ในการวิจัย	65

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 4 ผลการวิจัยและข้อวิจารณ์	66
ผลการวิจัย	67
ผลการทดสอบสมมติฐานและข้อวิจารณ์	92
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	97
สรุปผลการวิจัย	97
ข้อเสนอแนะ	100
เอกสารและสิ่งอ้างอิง	107
ภาคผนวก	116
ภาคผนวก ก แบบสอบถาม	117
ภาคผนวก ข ข้อมูลทั่วไปของตำบลสุโสะ	131
ประวัติการศึกษาและการทำงาน	135

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1	จำนวนครัวเรือนทั้งหมดและจำนวนครัวเรือนตัวอย่างจำแนกตามหมู่บ้าน	59
2	แสดงจำนวนและร้อยละของปัจจัยส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง	67
3	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงของประชาชน ด้านความพอประมาณ	70
4	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงของประชาชน ด้านความมีเหตุผล	72
5	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงของประชาชน ด้านการมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี	73
6	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงของประชาชน ด้านการมีความรู้	75
7	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงของประชาชน ด้านการมีคุณธรรม	76
8	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงของประชาชนในภาพรวม	78
9	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง 5 ระดับ	79

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่		หน้า
10	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของคุณภาพชีวิตของประชาชน ด้านร่างกาย	80
11	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของคุณภาพชีวิตของประชาชน ด้านจิตใจ	81
12	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของคุณภาพชีวิตของประชาชน ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม	83
13	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของคุณภาพชีวิตของประชาชน ด้านสิ่งแวดล้อม	83
14	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของคุณภาพชีวิตของประชาชน ในภาพรวม	84
15	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระดับคุณภาพชีวิตของ ประชาชน 5 ระดับ	85
16	เมตริกแสดงความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระที่ใช้ในการวิเคราะห์ ถดถอยพหุแบบขั้นตอน	89
17	ผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุแบบขั้นตอนของคุณภาพชีวิตของประชาชน	90

สารบัญญภาพ

ภาพที่		หน้า
1	โครงสร้างของปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง	35
2	กรอบแนวคิดเชิงทฤษฎีแสดงความสัมพันธ์ระหว่างทฤษฎี Maslow's Hierarchy Needs กับทฤษฎี Sharma's Hierarchy Needs and Quality of Life	38
3	ความสัมพันธ์ระหว่างความต้องการ สุขภาพ การมีส่วนร่วมในการพัฒนา สภาวะแวดล้อมทางเศรษฐกิจและสังคมกับคุณภาพชีวิต	39
4	กรอบแนวคิดเชิงทฤษฎีการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง	40
5	แสดงตัวแปรที่สามารถทำนายคุณภาพชีวิตของประชาชน	91

บทที่ 1

บทนำ

ความสำคัญของปัญหา

สถานการณ์วิกฤติเศรษฐกิจในสังคมไทยที่ผ่านมาในช่วงปี พ.ศ.2540 และนับแต่เริ่มนำแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ มาใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาประเทศจะเห็นว่าในการพัฒนาประเทศนั้นเป็นการพัฒนาตามแนวทางการพัฒนาเศรษฐกิจสากล พึ่งพาเงินกู้ภายนอกประเทศเป็นการพัฒนาที่เน้นให้รัฐพัฒนาด้านอุตสาหกรรมเป็นหลัก ไม่ได้พิจารณาถึงความพร้อมหรือศักยภาพของประเทศในการพัฒนา ผลของการพัฒนาประเทศที่ขาดความสมดุลกับการพัฒนาคุณภาพของประชากร ทั้งทางด้านจิตใจ คุณธรรม จริยธรรม จึงเกิดผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของคนในประเทศ ทำให้เกิดปัญหามากมายตามมาไม่ว่าจะเป็นปัญหาความยากจน ยาเสพติด อาชญากรรม สิ่งแวดล้อม ความไม่ปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน โดยเฉพาะปัญหาทางด้านเศรษฐกิจเกิดช่องว่างระหว่างคนรวยกับคนจนที่มากขึ้น คนส่วนใหญ่ในประเทศพึ่งตนเองไม่ได้ชีวิตผูกติดอยู่กับระบบเศรษฐกิจทุนนิยม เกษตรกรและประชากรส่วนใหญ่ในชุมชนชนบทประสบปัญหาภาวะหนี้สิน ทำให้มีการย้ายถิ่นจากชนบทเข้าสู่กรุงเทพมหานครมากขึ้นและส่งผลกระทบต่อสถาบันครอบครัวและชุมชนอ่อนแอ

ในขณะที่สังคมไทยเจริญเติบโตทางด้านอุตสาหกรรมด้วยการใช้รายได้ประชาชาติและอัตราการเติบโตทางเศรษฐกิจเป็นตัวชี้วัดความสำเร็จในการพัฒนา ซึ่งเป็นการพัฒนาที่ไม่มั่นคง ไม่ได้ให้ความสำคัญต่อภาคเกษตรกรรมซึ่งเป็นอาชีพหลักของคนไทยและมีการปรับเปลี่ยนตัวเองจากสังคมที่อยู่แบบพอเพียงเป็นสังคมที่อยู่อย่างมั่งคั่ง มีการผลิตเพื่อขายและแสวงหากำไรให้มากที่สุด วัดค่าความสุขจากการร่ำรวยทรัพย์สินเงินทอง เป็นการพัฒนาที่มุ่งการระดมการผลิตและการส่งเสริมการบริโภคหรือที่แท้จริงแล้วมีความหมายว่า “การทำให้ทันสมัยที่ไม่พัฒนา” ซึ่งก่อให้เกิดปรากฏการณ์ที่สำคัญก็คือ การสูญเสียความเชื่อมั่นในตัวเองของคนในประเทศและสูญเสียความสัมพันธ์ระหว่างคนกับคน คนกับธรรมชาติ และคนกับชุมชน

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ ได้เสด็จพระราชดำเนินไปเยี่ยมพสกนิกรทั่วราชอาณาจักร พระองค์ได้ประสบกับสภาพดินฟ้าอากาศและภูมิประเทศในภูมิภาคต่างๆ และทอดพระเนตรความทุกข์ยากแค้นเค็ม ตลอดจนปัญหาอุปสรรคในการดำรงชีวิตของประชาชนทั่วประเทศด้วยพระองค์เอง ทรงตระหนักถึงปัญหาและอุปสรรคเหล่านี้เป็นอย่างดี และได้ทรงมีพระราชดำริ ริเริ่มโครงการต่างๆ เพื่อแก้ไขและบรรเทาปัญหาต่าง ๆ มากมาย และได้ทรงมีพระมหากรุณาธิคุณ พระราชทาน “หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง” แก่พสกนิกรชาวไทยนับตั้งแต่ปี พ.ศ.2517 ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงถูกบรรจุเข้าไว้ในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 9 (พ.ศ. 2545-2549) เป็นครั้งแรก โดยทางสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (สศช.) ได้นำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ควบคู่ไปกับแนวคิดทางสังคมที่ต้องการให้คนเป็นศูนย์กลางของการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมอันเป็นเป้าหมายของแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 9 ที่ถูกวางไว้ต่อเนื่องจากเป้าหมายและวัตถุประสงค์ของแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 8 (ฉฐพทศ. ทอภกคิ, 2550)

ด้วยเหตุนี้ แนวคิดเรื่องเศรษฐกิจพอเพียงจึงได้ขยายผลมาถึงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10 (พ.ศ. 2550-2554) ทั้งนี้การพัฒนาตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง นับว่าเป็นการพัฒนาทั้งในเชิงเศรษฐกิจและสังคม เนื่องจากมิได้มุ่งหวังการเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจหรือการมีรายได้เพิ่มขึ้น แต่เน้นดัชนีชี้วัดความสุขของประชาชนในประเทศโดยรวม ด้วยการมีความพอเพียงในชีวิต การมีส่วนร่วมในการดูแล การคิดและตัดสินใจในการร่วมพัฒนาสังคมและชุมชนส่งผลให้ประชาชนสามารถพึ่งตนเองได้ ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงเป็นปรัชญาที่ชี้ถึงแนวทางการดำรงอยู่และปฏิบัติตนของประชาชนในทุกระดับตั้งแต่ระดับครอบครัว ระดับชุมชนจนถึงระดับรัฐ ทั้งในการพัฒนาและบริหารประเทศให้ดำเนินไปในทางสายกลาง โดยเฉพาะการพัฒนาเศรษฐกิจ เพื่อให้ก้าวทันต่อโลกยุคโลกาภิวัตน์ ความพอเพียง อันหมายถึง ความพอประมาณ ความมีเหตุผล รวมถึงความจำเป็นที่จะต้องมีระบบภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีพอสมควรต่อการมีผลกระทบใดๆ อันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงทั้งภายนอกและภายใน ทั้งนี้จะต้องอาศัยความรอบรู้ ความรอบคอบ และความระมัดระวังอย่างยิ่งในการนำวิชาการต่างๆ มาใช้ในการวางแผนและการดำเนินการทุกขั้นตอน และขณะเดียวกันจะต้องเสริมสร้างพื้นฐานจิตใจของคนในชาติให้มีสำนึกในคุณธรรม ความซื่อสัตย์สุจริต และให้มีความรอบรู้ที่เหมาะสม ดำเนินชีวิตด้วยความอดทน ความเพียร มีสติ ปัญญา และความรอบคอบ เพื่อให้สมดุลและพร้อมต่อการรองรับการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและกว้างขวาง ทั้งด้านวัตถุ สังคม สิ่งแวดล้อมและวัฒนธรรมจากโลกภายนอกได้เป็นอย่างดี

ดังนั้น จากผลกระทบของวิกฤตการณ์ทางเศรษฐกิจที่ประเทศไทยกำลังเผชิญอยู่ในขณะนี้ ที่ส่งผลกระทบร้ายแรงไปสู่ประชาชนเกือบทุกระดับชนชั้นของสังคมไทยก่อให้เกิดความลำบากในการดำเนินชีวิตและเลี้ยงชีพตนเอง วิกฤตการณ์ทางเศรษฐกิจต่างๆก่อให้เกิดปัญหาสังคมอื่นๆ ที่ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของประชาชน คือการมีชีวิตความเป็นอยู่ที่ยากลำบากมากขึ้น ขาดความมั่นคงในอาชีพ และรายได้ สุขภาพจิตตกต่ำ ผู้คนจำต้องอดออม อดทนต่อภาวะเศรษฐกิจที่เกิดขึ้นนี้ ด้วยกันทั้งสิ้น ผลกระทบในส่วนของคุณภาพชีวิตและการดำเนินชีวิตที่เกิดขึ้น นับเป็นประเด็นหนึ่งที่มีความสำคัญ เนื่องจากเป็นผลกระทบที่มีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีของประชาชน ในขณะที่รัฐบาลใช้นโยบายและยุทธศาสตร์การพัฒนาประเทศด้วยแนวคิดด้านปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงในระดับบุคคล กลุ่ม ชุมชน และสังคม ด้วยปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงปรับปรุงพระราชทานเป็นที่มาของนิยาม "3 ห่วง 2 เงื่อนไข" ที่คณะอนุกรรมการขับเคลื่อนเศรษฐกิจพอเพียง สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ นำมาใช้ในการรณรงค์เผยแพร่ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงผ่านช่องทางสื่อต่างๆ อยู่ในปัจจุบัน (ณัฐพงษ์ ทองภักดี, 2550) ด้วยความคาดหวังว่าประชาชนทุกหมู่เหล่าในสังคมไทยจะมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นกว่าเดิม

ผู้วิจัยจึงต้องการศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงกับคุณภาพชีวิตของประชาชนว่า มีองค์ประกอบที่มีความสอดคล้องและสัมพันธ์กันอย่างไร มีปัญหาและอุปสรรคอย่างไร เพื่อที่จะสามารถนำผลการศึกษาที่ได้ไปใช้เป็นแนวทางในการประยุกต์ใช้หลักของปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงให้เป็นรูปธรรมต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับคุณภาพชีวิตของประชาชน ตำบลสุโสะ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงกับคุณภาพชีวิตของประชาชน ตำบลสุโสะ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง
3. เพื่อหาข้อเสนอแนะในการพัฒนาคุณภาพชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงให้แก่ประชาชน ตำบลสุโสะ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง

ขอบเขตของการวิจัย

1. **ขอบเขตด้านเนื้อหา** การศึกษาในครั้งนี้มีขอบเขตการศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงกับคุณภาพชีวิตของประชาชนตำบลสุโตะ อำเภอบะเหลียน จังหวัดตรัง โดยมีปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส จำนวนสมาชิกครัวเรือน การได้รับข้อมูลข่าวสาร รายได้ รายจ่าย และอาชีพและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง ได้แก่ หลักที่เป็นหัวใจสำคัญของปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง นั่นคือ หลักการ 3 ห่วง 2 เงื่อนไข (พอประมาณ มีเหตุผล มีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี และเงื่อนไขความรู้กับคุณธรรม) ซึ่งจะนำไปสู่คุณภาพชีวิตของประชาชนตำบลสุโตะ อำเภอบะเหลียน จังหวัดตรัง

2. **ขอบเขตด้านพื้นที่** การวิจัยครั้งนี้จะมุ่งทำการศึกษาเฉพาะประชาชนที่อาศัยอยู่ในเขตตำบลสุโตะ อำเภอบะเหลียน จังหวัดตรัง โดยลักษณะของกลุ่มตัวอย่างที่จะศึกษามีความหลากหลายแตกต่างกันไป ซึ่งมีทั้งหมด 11 หมู่บ้าน 1,393 ครัวเรือน (แบบรายงานบัญชีคนในบ้าน สำนักทะเบียนอำเภอบะเหลียน จังหวัดตรัง ข้อมูล ณ วันที่ 7 ตุลาคม 2553)

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. เพื่อที่จะสามารถนำผลการศึกษาที่ได้ไปใช้เป็นแนวทางในการประยุกต์ใช้หลักของปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงให้เป็นรูปธรรม ซึ่งจะนำไปสู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการดำเนินชีวิตเพื่อการมีคุณภาพชีวิตที่ดีและเหมาะสมกับตนเอง ครอบครัว และชุมชน

2. เพื่อเป็นแนวทางสำหรับหน่วยงานและองค์กรต่างๆ ทั้งภาครัฐและเอกชนในการดำเนินงานที่เกี่ยวกับการวางแผนการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนในตำบลสุโตะ อำเภอบะเหลียน จังหวัดตรัง และชุมชนอื่นๆ ต่อไป

นิยามศัพท์

ปัจจัยส่วนบุคคล หมายถึง ลักษณะของบุคคลและสิ่งที่แสดงให้เห็นถึงการนำมาซึ่งปัจจัยที่มีอิทธิพลและสนับสนุนการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงของประชาชน ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส จำนวนสมาชิกครัวเรือน การได้รับข้อมูลข่าวสาร รายได้ รายจ่าย และอาชีพ

อายุ หมายถึง ระยะเวลาที่บุคคลมีชีวิตอยู่นับตั้งแต่เกิดจนถึงวันเกิดครั้งสุดท้าย

ระดับการศึกษา หมายถึง วุฒิสึกษาสูงสุดของผู้ตอบแบบสอบถาม

จำนวนสมาชิกครัวเรือน หมายถึง จำนวนสมาชิกทั้งหมด ที่อยู่ประจำในครัวเรือนในรอบปีที่ผ่านมา

การได้รับข้อมูลข่าวสาร หมายถึง กระบวนการที่บุคคลเปิดรับข้อมูล ตั้งใจรับข้อมูลเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง และทำความเข้าใจความหมายและแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง โดยผ่านหน่วยการสื่อสารทางด้านต่างๆ ได้แก่ บุคคล หนังสือพิมพ์ วิทยุ โทรทัศน์ หอกระจายข่าว เป็นต้น

รายได้ หมายถึง ผลตอบแทนในการทำงานของบุคคล เช่น เงิน สิ่งของ หรือ รางวัลที่เป็นผลมาจากการทำงาน หรือการลงทุน

รายจ่าย หมายถึง ค่าใช้จ่ายทั้งหมดของบุคคล ได้แก่ การใช้จ่ายเพื่อซื้อสินค้าและบริการต่างๆ เพื่อใช้ในการดำรงชีวิต

อาชีพ หมายถึง งานที่ทำเพื่อการดำรงชีพ

การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง หมายถึง การดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งประกอบด้วย 3 ห่วง ได้แก่ ความพอประมาณ ความมีเหตุผล มีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี และ 2 เงื่อนไข ได้แก่ ความรู้และคุณธรรม (คณะอนุกรรมการเศรษฐกิจพอเพียง, 2548) นั่นคือ การปฏิบัติตนด้วยความพอเพียงอย่างมีเหตุและผลทั้งทางด้านเศรษฐกิจและทางการดำเนินชีวิต พึ่งพาตนเองได้

ไม่ฟุ่มเฟือย มีความประหยัด ไม่เบียดเบียนผู้อื่น ไม่โลภ ไม่สุดโต่ง มีความพอประมาณในชีวิต และพอเพียงในความเป็นอยู่ วัดได้ด้วยคะแนนเฉลี่ยจากแบบสอบถามการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง ด้านความพอประมาณ ความมีเหตุผล มีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี ความรู้และคุณธรรมของประชาชน จากการศึกษาวิจัยสร้างขึ้น

ความพอประมาณ หมายถึง ความพอดีที่อยู่บนทางสายกลาง ไม่มากเกินไปและไม่น้อยเกินไป อยู่ในระดับที่เหมาะสมกับศักยภาพโดยไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น ซึ่งวัดได้ด้วยคะแนนเฉลี่ยของผู้ตอบแบบสอบถามด้านความพอประมาณ

ความมีเหตุผล หมายถึง การตัดสินใจในการดำเนินกิจกรรมต่างๆเกี่ยวกับระดับของความพอเพียงนั้นจะต้องเป็นไปอย่างมีเหตุผล โดยพิจารณาจากปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ตลอดจนคำนึงถึงผลที่คาดว่าจะเกิดขึ้นจากการกระทำนั้นๆ อย่างรอบคอบ ซึ่งวัดได้ด้วยคะแนนเฉลี่ยของผู้ตอบแบบสอบถามด้านความมีเหตุผล

การมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี หมายถึง การเตรียมตัวให้พร้อมรับผลกระทบและการเปลี่ยนแปลงในด้านต่างๆที่จะเกิดขึ้น โดยคำนึงถึงความเป็นไปได้ของสถานการณ์ต่างๆที่คาดว่าจะเกิดขึ้นในอนาคตทั้งอันใกล้และไกล ซึ่งวัดได้ด้วยคะแนนเฉลี่ยของผู้ตอบแบบสอบถามด้านการมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี

มีความรู้ หมายถึง ความรอบรู้ รอบคอบ และระมัดระวัง ในการนำวิชาการต่างๆ ที่เกี่ยวข้องมาพิจารณาเชื่อมโยงกัน เพื่อประกอบการวางแผน และการดำเนินการทุกขั้นตอน ซึ่งวัดได้ด้วยคะแนนเฉลี่ยของผู้ตอบแบบสอบถามด้านความรู้

มีคุณธรรม หมายถึง ความตระหนักในคุณธรรม มีความซื่อสัตย์สุจริต มีความอดทน มีความเพียร ใช้สติปัญญาในการดำเนินชีวิต ซึ่งวัดได้ด้วยคะแนนเฉลี่ยของผู้ตอบแบบสอบถามด้านการมีคุณธรรม

คุณภาพชีวิต หมายถึง การรับรู้ความพึงพอใจในชีวิต และความต้องการปัจจัยพื้นฐานของการดำรงชีวิตทั้งทางร่างกาย จิตใจ สังคม และสิ่งแวดล้อมในการดำรงชีพ ซึ่งเกี่ยวข้องควบคู่กันซึ่งวัดได้ด้วยคะแนนเฉลี่ยจากแบบสอบถามด้านคุณภาพชีวิตของประชาชน ซึ่งมีทั้งหมด 4 ด้าน ได้แก่ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

- ด้านร่างกาย หมายถึง การรับรู้สภาพทางด้านร่างกายของบุคคล ซึ่งมีผลต่อชีวิตประจำวัน เช่น การรับรู้ความสมบูรณ์แข็งแรงของร่างกาย การรับรู้ถึงการรู้สึกสุขสบายไม่เจ็บปวด ซึ่งวัดได้ด้วยคะแนนเฉลี่ยของผู้ตอบแบบสอบถามด้านร่างกาย

- ด้านจิตใจ หมายถึง การรับรู้สภาพจิตใจของตนเอง เช่นการรับรู้ความรู้สึทางบวกที่บุคคลมีต่อตนเอง การรับรู้ถึงความภาคภูมิใจในตนเอง ซึ่งวัดได้ด้วยคะแนนเฉลี่ยของผู้ตอบแบบสอบถามด้านจิตใจ

- ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม หมายถึง การรับรู้เรื่องความสัมพันธ์ของตนกับบุคคลอื่น การรับรู้ถึงการได้รับความช่วยเหลือจากบุคคลอื่นในสังคม การได้รับรู้ว่าตนได้เป็นผู้ให้ความช่วยเหลือบุคคลอื่นในสังคมด้วย ซึ่งวัดได้ด้วยคะแนนเฉลี่ยของผู้ตอบแบบสอบถามด้านความสัมพันธ์ทางสังคม

- ด้านสิ่งแวดล้อม หมายถึง การรับรู้เกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อการดำเนินชีวิต เช่น ความปลอดภัยและความมั่นคงในชีวิต ซึ่งวัดได้ด้วยคะแนนเฉลี่ยของผู้ตอบแบบสอบถามด้านสิ่งแวดล้อม

บทที่ 2

การตรวจเอกสาร

การศึกษาทางด้านเศรษฐกิจพอเพียงในช่วงระยะเวลาที่ผ่านมา คือ ตั้งแต่แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 8 - 10 ส่วนใหญ่เป็นการศึกษาที่นักวิจัยให้ความสนใจทางด้านแนวคิดของปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง และการนำแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ในกิจกรรมต่างๆ เช่น ทางด้านการพัฒนาชุมชน การศึกษาเศรษฐกิจชุมชน ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม รวมทั้งการขับเคลื่อนปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงตามแนวคิดของหลักการ 3 ห่วง 2 เงื่อนไข คือ ยึดทางสายกลางที่มีความพอประมาณและมีเหตุผล มีระบบภูมิคุ้มกันและเงื่อนไขความรู้คู่คุณธรรม

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยพยายามที่จะวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง และคุณภาพชีวิต ด้วยการนำแนวคิดทางปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงกับคุณภาพชีวิตที่มีความสัมพันธ์แบบไม่เหมือนกัน 2 ข้าง หรืออสมมาตร ที่ปัจจัยส่วนบุคคล และเศรษฐกิจพอเพียงจะส่งผลไปสู่การแปรเปลี่ยนระดับคุณภาพชีวิตของประชาชนในชุมชนหมู่บ้านที่ศึกษา ซึ่งในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยจะใช้คุณภาพชีวิตเป็นตัวแปรตาม ปัจจัยส่วนบุคคลและการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงเป็นตัวแปรอิสระ

ผู้วิจัยทำการตรวจเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ที่เกี่ยวกับความหมาย ทฤษฎี และปัจจัยที่จะนำไปสู่ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงกับคุณภาพชีวิตของประชาชนตำบลสุโตะ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง เพื่อนำมาเป็นกรอบแนวคิดในการศึกษาวิจัย มีรายละเอียดดังนี้

1. แนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิต
2. แนวคิดเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง
3. แนวคิดเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง

4. แนวคิดเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงกับคุณภาพชีวิต

5. ผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

แนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิต

ความหมายของคุณภาพชีวิต

การมีคุณภาพชีวิตที่ดีเป็นสิ่งที่มนุษย์ทุกคนปรารถนา แต่การนิยามคำว่า "คุณภาพชีวิต" ให้ความหมายเป็นที่ยอมรับเป็นหนึ่งเดียวกันเป็นเรื่องยาก เพราะแต่ละคนจะมีมุมมองในเรื่องการมีชีวิตที่ดีต่างกัน บางคนมองคุณภาพชีวิตมิติเดียว บางคนมองในหลายมิติ ซึ่งมิติที่มองเหล่านั้นมีบางอย่างที่อาจเหมือนหรือแตกต่างกัน ขึ้นอยู่กับการรับรู้และประสบการณ์ ตลอดจนทฤษฎีต่างๆ ที่แต่ละคนยึดถือ (กรมการพัฒนาชุมชน, 2550) ซึ่งนักวิชาการด้านต่างๆ ได้ให้แนวคิดที่เกี่ยวกับคุณภาพชีวิตแตกต่างกัน อาทิ นักวิชาการด้านสิ่งแวดล้อมจะศึกษาคุณภาพชีวิตที่มุ่งเน้นสภาพการณ์สิ่งแวดล้อมทางด้านร่างกายและด้านชีวภาพ นักเศรษฐศาสตร์จะศึกษาคุณภาพชีวิตที่ให้ความสำคัญทางความเจริญก้าวหน้าทางผลผลิตประชาชาติ (Gross National Product; GNP) นักจิตวิทยาจะมุ่งเน้นทางด้านการตอบสนองความต้องการของมนุษย์ในด้านต่างๆ นักประชากรศาสตร์เน้นว่าคุณภาพชีวิตที่ดีต้องประกอบด้วย จิตใจที่ดี สังคมดีสภาพแวดล้อมดี และเป็นคนดี และนักสังคมศาสตร์มีแนวคิดว่าคุณภาพชีวิตที่ดี เป็นความพึงพอใจในชีวิต มีขวัญกำลังใจ มีความสุข และมีความสามารถในการปรับตัวในสังคมได้ ส่วนการแพทย์และสาธารณสุขให้ความสำคัญต่อคุณภาพชีวิตในประเด็นที่ว่า คุณภาพชีวิตเกิดจากผลสำเร็จและทักษะในการยึดชีวิตให้ยาวนาน ดังนั้นจะเห็นว่า คุณภาพชีวิตเป็นเรื่องที่ทุกคนปรารถนาและมุ่งหวังที่จะให้ชีวิตของตนมีคุณค่าตามแนวทางที่ตนต้องการ

Ferrell *et al.* (1995 อ้างใน ลาวัลย์ กิจรุ่งเรืองกุล, 2547) ได้ให้ความหมายของคุณภาพชีวิตว่า คุณภาพชีวิตเป็นการรับรู้ภาวะสุขสบายที่ไม่คงที่ของบุคคลจากประสบการณ์ชีวิต 4 ด้าน คือ ความผาสุกทางด้านร่างกายและอาการทางกาย ความผาสุกทางด้านจิตใจ ด้านสังคม และความผาสุกทางด้านวิญญาณ

สภาที่ปรึกษาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (2549) ให้ความหมายของคุณภาพชีวิตคือ ความรู้สึกของบุคคลที่สามารถดำเนินชีวิตในสังคมโดยใช้ศักยภาพที่มีอยู่ของตนเองอย่างสูงสุด และความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของสังคม มีความเท่าเทียมหรือความเสมอภาคในการเข้าถึงบริการ และข้อมูลข่าวสารพื้นฐานต่างๆ คุณภาพชีวิตเป็นผลลัพธ์ของการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างมิติต่างๆ ของบุคคล อันได้แก่ มิติทางสุขภาพกายและจิต ความเข้มแข็งของสุขภาพสังคม เศรษฐกิจ และมิติทางปัญญา กับจิตวิญญาณ และการประสานเครือข่าย

ณรงค์ศักดิ์ ตะละภัก (2544) กล่าวว่า คุณภาพชีวิตหมายถึง การมีชีวิตที่พัฒนาทั้งร่างกาย และจิตใจไปเป็นผู้ใหญ่ที่พึ่งตนเองได้อย่างมีทิศทาง สามารถปรับตัวอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข และทำให้ผู้อื่นมีความสุขด้วย

Meeberg (1993) ได้สรุปคุณลักษณะของคุณภาพชีวิต ไว้ 4 ประการ คือ เป็นความรู้สึกพึงพอใจในชีวิตความเป็นอยู่ทั่วไป เป็นความสามารถทางสติปัญญาในการประเมินชีวิตของตนเอง เป็นการประเมินตนเองเกี่ยวกับสภาพร่างกาย จิตใจ สังคม

คณะกรรมการศิลปการดำเนินชีวิต (2551) ได้กล่าวไว้ว่าเป้าหมายของชีวิต คือชีวิตที่ดีงาม มีประโยชน์และมีความสุข เป็นชีวิตที่น่าพึงปรารถนาสำหรับทุกคน การจะก้าวไปสู่เป้าหมายนี้ บุคคลจะต้องพัฒนาคุณสมบัติอย่างน้อย 6 ประการ คือ มีสุขภาพดี ความรู้ดี ความสามารถดี ความประพฤติดี จิตใจดี และมีสิ่งแวดล้อมที่ดี และคุณภาพชีวิตของบุคคล วัดจากระดับความพึงพอใจในชีวิตอันเกิดจากการมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตดี บุคคลที่มีการคิดอย่างมีเหตุผล คิดอย่างสร้างสรรค์ การเข้าใจคนอื่น และการคิดอย่างมีคุณธรรม ผลที่ตามมาคือการพัฒนาสภาวะแวดล้อมด้านเศรษฐกิจและสังคมของบุคคลในทางที่ดี ทำให้บุคคลเกิดการมีสุขภาพกายสุขภาพจิตที่ดี มีความพึงพอใจในชีวิต คุณภาพชีวิตของบุคคลจึงเกิดขึ้น

ปรีชา เปี่ยมพงศ์สานต์ (2543) กล่าวว่า คุณภาพชีวิตของประชาชนจะครอบคลุมหลายมิติ คือ

1. คุณภาพทางด้านอนามัยและสาธารณสุข
2. พัฒนาการบุคคล โดยผ่านการศึกษาฝึกอบรม
3. การทำงานและคุณภาพชีวิตการทำงาน

4. เวลาว่างที่สร้างสรรค์
5. ความสุขสมบูรณ์ทางด้านเศรษฐกิจ รวมทั้งความเสมอภาคทางเศรษฐกิจ
6. คุณภาพสิ่งแวดล้อม และทรัพยากรธรรมชาติ
7. สิ่งแวดล้อมทางสังคม
8. โอกาสทางสังคมและการมีส่วนร่วมที่เท่าเทียมกัน
9. ความมั่นคงในการดำรงชีวิต
10. สิทธิเสรีภาพทางการเมือง

การประเมินคุณภาพชีวิต

การประเมินคุณภาพชีวิต หรือการวัดระดับคุณภาพชีวิต มีความแตกต่างกันไป ขึ้นอยู่กับแนวคิดและวัตถุประสงค์ในการวิจัย ซึ่งมีดังนี้

Stromberg (1984) ได้แสดงทัศนคติในการประเมินคุณภาพชีวิตในสภาวะที่มีความเจ็บป่วย หรือมีปัญหาสุขภาพ การประเมินคุณภาพชีวิตสามารถประเมินได้ 3 ลักษณะ คือ

1. การประเมินเชิงวัตถุวิสัยโดยวัดเป็นปริมาณ เป็นการประเมินผู้ป่วยโดยผู้อื่น เช่น แพทย์ หรือบุคลากรอื่นๆ ในทีมสุขภาพ โดยประเมินออกมาเป็นคะแนน
2. การประเมินเชิงจิตวิสัยโดยวัดเป็นปริมาณ เป็นการประเมินโดยตนเอง ขึ้นอยู่กับค่านิยมคุณภาพชีวิตของตนเอง หรือประสบการณ์ในชีวิตของตนเองเช่น ความพึงพอใจ และความสุขที่ตนเองได้รับ โดยประเมินออกมาเป็นคะแนน
3. การประเมินเชิงจิตวิสัยโดยวัดเป็นคุณภาพ เป็นการประเมินโดยตนเอง ผลออกมาเป็นการบรรยายและบอกถึงสภาพที่เป็นอยู่

Flynn and Frantz (1987) เสนอการประเมินคุณภาพชีวิตว่ามี 2 ข้อ คือ

1. ประเมินในเชิงวัตถุวิสัย แสดงถึงภาวะทางกายภาพ ลักษณะเหตุการณ์พฤติกรรมหรือลักษณะของบุคคลซึ่งตัดสินใจโดยบุคคลอื่น หรือด้วยตนเองจากข้อมูลที่เป็นจริง เช่น รายได้ อาชีพ การศึกษา หน้าที่การงาน เป็นต้น

2. ประเมินในเชิงจิตวิสัย เป็นการรับรู้ด้วยตนเองจากกรอบการรับรู้ประสบการณ์ที่ผ่านๆ มาของตนเอง เช่น ความปรารถนา ความพอใจในชีวิต และเห็นว่าการตัดสินใจ โดยตนเองนี้ จะสะท้อนถึงระดับการประเมินที่น่าเชื่อถือที่สุด

สุวัฒน์ มหัตนิรันดร์กุล และคณะ (2540) สรุปว่า องค์การอนามัยโลกได้พัฒนาและนำเสนอ เครื่องมือวัดคุณภาพชีวิตที่เป็นสหมิติ สะท้อนความเป็นองค์รวม และมีความเป็นสากล กล่าวคือ สามารถนำไปใช้ได้ประชากรที่มีสังคมและวัฒนธรรมต่างกัน เครื่องชี้วัดคุณภาพชีวิตของ องค์การอนามัยโลกนี้มีชื่อคำถาม 100 ข้อ หรือ 100 ตัวชี้วัดจึงเรียกว่า WHOQOL-100 เครื่องชี้วัดคุณภาพชีวิตชุดดังกล่าวขององค์การ อนามัยโลก ถูกพัฒนาขึ้นมาโดยทีมงาน WHOQOL group ซึ่งทีมงานประกอบด้วยศูนย์ปฏิบัติงานภาคสนามจำนวน 15 ประเทศในการพยายามสร้างเครื่องมือที่สามารถนำไปใช้ได้อย่างสากลไม่ว่าวัฒนธรรมของแต่ละท้องถิ่นที่จะแตกต่างกันอย่างไร เหตุผลที่ องค์การอนามัยโลกริเริ่มสร้างเครื่องมือวัดคุณภาพชีวิตเพราะว่า เหตุผลประการแรกคือ หลายปีที่ผ่านมาการประเมินคุณภาพชีวิตมักมุ่งที่การวัดสุขภาพ เหตุผลประการที่สองคือ เครื่องชี้วัดสถานะสุขภาพส่วนมากถูกพัฒนามาจากทางอเมริกาเหนือและอังกฤษ การนำไปใช้ในประเทศอื่นๆ จึงไม่สะดวก และเหตุผลประการสุดท้ายคือ ความเจริญทางการแพทย์ ให้ความสำคัญเฉพาะการกำจัดโรค และอาการ ซึ่ง ไม่ได้เป็นการแก้ปัญหาที่ต้นเหตุ มนุษย์จึงหันมาสนใจกระบวนการดูแลสุขภาพและ ผลของการรักษา เพิ่มความสนใจไปในเรื่องของความเป็นอยู่ที่ดีของผู้ป่วย จึงเกิดการเรียกร้องหา เครื่องชี้วัดคุณภาพชีวิต การเริ่มต้นพัฒนาเครื่องชี้วัดคุณภาพชีวิตจึงเกิดขึ้นจากความต้องการที่จะวัดคุณภาพชีวิตอย่างแท้จริงและจากความต้องการส่งเสริมสุขภาพและการดูแลสุขภาพอย่างองค์รวมให้ดำเนินไปอย่างต่อเนื่อง

เครื่องชี้วัดคุณภาพชีวิต (WHOQOL-100) ขององค์การอนามัยโลก ได้ถูกแปลและนำไปใช้ใน ประเทศต่างๆ รวมทั้งประเทศไทยด้วย ซึ่งกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข เป็นผู้แปลและ ทดสอบความตรงของเครื่องมือแล้ว เครื่องมือดังกล่าวที่มีชื่อคำถาม 100 ข้อ นั้น 4 ข้อเป็นคำถาม เกี่ยวกับคุณภาพชีวิตและสุขภาพโดยรวม อีก 96 ข้อ ที่จัดเป็น 24 หัวข้อ แต่ละหัวข้อมี 4 คำถาม จาก 24 หัวข้อ สามารถจัดกลุ่มได้เป็น 6 ด้าน

อย่างไรก็ตามความยาวของ WHOQOL-100 ซึ่งมีชื่อคำถามถึง 100 ข้อ ทำให้ไม่สะดวก และมีข้อจำกัดในการใช้ เพราะต้องใช้เวลามากในการสัมภาษณ์และตอบแบบสอบถาม ในปี เดียวกันองค์การอนามัยโลกได้พัฒนาแบบวัดคุณภาพชีวิตฉบับย่อ ซึ่งมีชื่อคำถามเพียง 26 ข้อ โดย

เลือกจากWHOQOL-100 ด้วยวิธีวิเคราะห์องค์ประกอบ ซึ่งประเทศไทยได้แปลแบบวัดคุณภาพชีวิตฉบับย่อ ขององค์การอนามัยโลก เป็นภาษาไทย เรียกว่า แบบวัดคุณภาพชีวิตฉบับย่อชุดภาษาไทย (WHOQOL-BREF-THAI) และได้มีการวิจัยที่ได้ข้อสรุปว่าแบบวัดคุณภาพชีวิต ฉบับย่อชุดภาษาไทย (WHOQOL-BREF-THAI) มีความเที่ยงตรงในการวัดใกล้เคียงกับชุด WHOQOL-100 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.01$) สามารถใช้ประเมินคุณภาพชีวิตแทนกันได้ ซึ่งแบบวัดคุณภาพชีวิตฉบับย่อ ชุดภาษาไทย (WHOQOL-BREF-THAI) ประกอบด้วย 2 ข้อคำถามที่เป็นคำถามเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตและสุขภาพโดยรวม อีก 24 ข้อเป็นข้อคำถามเกี่ยวกับคุณภาพชีวิต สามารถจัดกลุ่มได้เป็น 4 ด้าน

องค์ประกอบของคุณภาพชีวิต

องค์ประกอบคุณภาพชีวิตระดับบุคคล องค์ประกอบที่ทำให้บุคคลมีคุณภาพชีวิตที่ดีสามารถดำรงชีวิตอย่างมีความสุขพึงพอใจกับการมีชีวิตอย่างแท้จริง จะต้องประกอบด้วยองค์ประกอบพื้นฐาน (นิสาร์ตัน ศิลปเดช, 2540) ได้แก่

1. ความสมบูรณ์ด้านร่างกายและสติปัญญา หมายถึง การที่มนุษย์จะมีคุณภาพชีวิตที่ดีได้นั้นจะต้องมีความปกติของร่างกายและสติปัญญาเป็นพื้นฐาน ซึ่งได้แก่ ร่างกายมีอวัยวะต่างๆ ครบถ้วน มีสุขภาพแข็งแรง มีพลังกำลังที่สามารถทำงานได้เช่นเดียวกับคนอื่นๆ ระดับการพัฒนาทางสติปัญญาเป็นปกติ ศึกษาเล่าเรียน มีเหตุผล และสามารถแก้ปัญหาที่ตนเองเผชิญได้

2. ความสมบูรณ์ทางด้านจิตใจและอารมณ์ ได้แก่ การเป็นผู้มีจิตใจดี อารมณ์แจ่มใสมั่นคง ไม่หงุดหงิด โมโหง่าย ไม่อิจฉาริษยา ใจดีมีคุณธรรม มองโลกในแง่ดี โอบอ้อมอารี พร้อมทั้งจะช่วยเหลือผู้อื่น การมีพื้นฐานด้านจิตใจและอารมณ์ดีจะช่วยให้บุคคลบังเกิดความสุขในการดำรงชีวิต

3. ความสมบูรณ์ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม ได้แก่ การเป็นคนที่ได้รับการยอมรับจากสังคมอันเนื่องมาจากการมีมนุษยสัมพันธ์ ปรับตัว ยอมรับความสามารถ และความสำคัญของผู้อื่นและสิ่งอื่นๆ ที่อยู่โดยรอบ เห็นคุณค่าของบุคคลและสิ่งแวดล้อมคิดพัฒนาสิ่งแวดล้อมให้คงคุณค่าและเกิดประโยชน์สืบไป

4. ความสมบูรณ์แห่งปัจจัยจำเป็นในการดำรงชีวิต ได้แก่ ความสามารถที่จะจัดหาปัจจัยต่างๆ ที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตตามฐานะของตนเอง เหมาะแก่สังคม เศรษฐกิจ และยุคสมัยปัจจัยเหล่านี้ ได้แก่ ปัจจัยสี่ในการดำรงชีวิต คืออาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย และยารักษาโรค ตลอดจนไปถึง สิ่งอำนวยความสะดวกอื่นๆ ที่จะนำมาซึ่งความสุขและความพึงพอใจในชีวิต

สำนักนโยบายและแผนสาธารณสุข (2547) ได้แบ่งองค์ประกอบของความอยู่ดีมีสุขไว้ 7 ด้าน ซึ่งครอบคลุมทุกมิติของการดำเนินชีวิต ดังนี้

1. สุขภาพอนามัยและโภชนาการ ครอบคลุมด้านความยืนยาวของอายุขัย การปราศจากโรค ภาวะโภชนาการ และการบริการด้านสาธารณสุข

2. การศึกษา ครอบคลุมมิติต่างๆ ด้านการเรียนรู้ตั้งแต่การศึกษาขั้นพื้นฐานจนถึงการพัฒนาทักษะฝีมือ รวมทั้งการเข้าถึงบริการด้านการศึกษาและประเด็นในเรื่องคุณภาพการศึกษา

3. ชีวิตการทำงาน เนื่องจากคนเราใช้ชีวิตส่วนใหญ่อยู่กับการ ทำงานสภาพการทำงานจึงมีผลต่อความอยู่ดีมีสุขอย่างมาก องค์ประกอบนี้ครอบคลุมประเด็นการใช้แรงงานหญิง เด็ก ตลอดจนระบบความมั่นคงทางสังคมด้วย

4. ชีวิตครอบครัว ความสัมพันธ์ในครอบครัวถือเป็นประเด็นสำคัญที่ส่งผลกระทบต่อความอยู่ดีมีสุข โครงสร้างขนาดครอบครัวเป็นตัวกำหนดระดับความเป็นอยู่ของสมาชิกแต่ละคน ครอบครัวที่มีความรัก ความอบอุ่น ต้องรับรู้ความต้องการของสมาชิกแต่ละคน และดูแลสมาชิกทุกคนอย่างเท่าเทียมกันไม่เลือกปฏิบัติ

5. การพัฒนาเศรษฐกิจ ซึ่งรวมถึงประเด็นเรื่องความยากจน ความไม่เท่าเทียมกัน และสวัสดิการ องค์ประกอบนี้รวมถึงทรัพยากร ธรรมชาติ และสิ่งแวดล้อม เป็นสิ่งจำเป็นต่อความอยู่ดีมีสุข องค์ประกอบนี้รวมถึงประเด็นในสภาพแวดล้อมด้านที่อยู่อาศัย ระบบสุขภาพ และอนามัยสิ่งแวดล้อมด้านที่อยู่อาศัยระบบสุขภาพ และอนามัยสิ่งแวดล้อม ตลอดจนความปลอดภัยในชีวิต และทรัพย์สิน โดยเฉพาะจากปัญหาอาชญากรรม

6. สิ่งแวดล้อมและความปลอดภัย การดูแลรักษาทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมเป็นสิ่งจำเป็นต่อความอยู่ดีมีสุข องค์ประกอบนี้รวมถึงประเด็นสภาพแวดล้อมด้านที่อยู่อาศัย ระบบสุขภาพภิบาล และอนามัยสิ่งแวดล้อมด้านที่อยู่อาศัย ระบบสุขภาพภิบาลและอนามัยสิ่งแวดล้อม ตลอดจนความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน โดยเฉพาะจากปัญหาอาชญากรรม

7. ประชาธิปไตย หมายถึง ความสัมพันธ์ระหว่างรัฐประชาชนการเสริมสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างกันจะนำมาซึ่งความอยู่ดีมีสุข การส่งเสริมบทบาทการมีส่วนร่วมของประชาชน เป็นการเพิ่มพูนและใช้ประโยชน์จากทรัพยากรมนุษย์ให้เต็มขีดความสามารถ เป็นเครื่องมือของการยกระดับความอยู่ดีมีสุข องค์ประกอบนี้จะรวมประเด็นเรื่องความยุติธรรม สิทธิมนุษยชน และเสรีภาพทางการเมือง การกระจายอำนาจการบริหารจัดการ

พิกุล นันทชัยพันธ์ (2548) ได้สรุปคุณภาพชีวิตไว้ 5 ประการได้แก่

1. คุณภาพชีวิต เป็นประสบการณ์ส่วนบุคคล เป็นการรับรู้ และความรู้สึกของบุคคลซึ่งเกิดจากความรู้และประสบการณ์เดิม โดยการเปรียบเทียบกับบุคคลอื่น
2. คุณภาพชีวิต เป็นกระบวนการปฏิสัมพันธ์ของบุคคลกับสิ่งแวดล้อม แสดงถึงการมีอิทธิพลซึ่งกันและกัน สิ่งที่มีผลต่อคุณภาพชีวิต ได้แก่ สถานการณ์ ปัญหาครอบครัว แหล่งประโยชน์ ทรัพยากร ภาวะสุขภาพ ความเจ็บป่วย สภาพร่างกาย สภาพจิตใจ การรับรู้ ความรู้สึกนึกคิด และความสามารถในการควบคุม จัดการชีวิต และประสบการณ์
3. คุณภาพชีวิต เป็นแนวคิดหลายมิติซึ่งมีความซับซ้อน ของร่างกาย จิตใจ สังคม อารมณ์ เป็นองค์รวมที่แล้วแต่บุคคลจะให้ความสนใจสิ่งไหนมากกว่ากัน
4. คุณภาพชีวิต มีลักษณะเป็นพลวัตรซึ่งมีการเปลี่ยนแปลงได้ตลอดเวลาขึ้นอยู่กับกระบวนการปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อม ทำให้การศึกษาคุณภาพชีวิตของบุคคลๆ เดียวกันแต่ช่วงชีวิตอาจได้ผลที่แตกต่างกัน

5. คุณภาพชีวิต เป็นด้านหนึ่งที่เกี่ยวข้องกับภาวะสุขภาพ นั่นคือภาวะสุขภาพเป็นปัจจัยสำคัญทำให้บุคคลรับรู้ถึงความพอใจ และความผาสุกในชีวิต จึงถือได้ว่าคุณภาพชีวิตเป็นมิติหนึ่งของภาวะสุขภาพ ในทางกลับกันภาวะสุขภาพก็เป็นมิติหนึ่งของคุณภาพชีวิต

องค์ประกอบที่เป็นตัวบ่งชี้คุณภาพชีวิต

มีผู้กล่าวถึงองค์ประกอบที่เป็นตัวบ่งชี้คุณภาพชีวิตไว้หลากหลาย ดังนี้

Berghorn *et al.* (1981) ได้กล่าวว่าองค์ประกอบคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ได้แก่ สภาพทางเศรษฐกิจ สุขภาพ สภาพแวดล้อม การพึ่งพาตนเอง และการทำกิจกรรม

Peace (1990) กล่าวว่าองค์ประกอบคุณภาพชีวิตประกอบด้วย 7 ปัจจัย ได้แก่ ปัจจัยด้านกายภาพ ปัจจัยด้านสังคม ปัจจัยด้านเศรษฐกิจสังคม ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม ปัจจัยด้านอำนาจบุคคล ปัจจัยด้านวัตถุประสงค์ และปัจจัยด้านบุคลิกภาพ

Denham (1991) เสนอว่าองค์ประกอบคุณภาพชีวิตประกอบด้วย 5 ด้าน ได้แก่ สิ่งแวดล้อม ความสัมพันธ์ทางสังคม สุขภาพกาย สุขภาพจิต รวมถึงบุคลิกภาพและประวัติในอดีต

องค์การอนามัยโลก กล่าวถึงองค์ประกอบของคุณภาพชีวิต โดยใช้เครื่องชี้วัดคุณภาพชีวิต (WHOQOL-100) ในการประเมิน สามารถจัดกลุ่มได้เป็น 6 ด้าน ดังนี้ (วรรณภา กุมารจันทร์, 2543)

1) ด้านร่างกาย คือการรับรู้สภาพทางด้านร่างกายของบุคคล ซึ่งมีผลต่อชีวิตประจำวัน เช่น การรับรู้สภาพความสมบูรณ์แข็งแรงของร่างกาย การรับรู้ถึงความรู้สึกสุขสบาย ไม่มีความเจ็บปวด การรับรู้ถึงความสามารถที่จะจัดการกับความเจ็บปวดทางร่างกายได้ การรับรู้ถึงผละกำลังในการดำเนินชีวิตประจำวัน การรับรู้เรื่องการนอนหลับ และพักผ่อนรวมทั้งการรับรู้เรื่องการมีเพศสัมพันธ์ ซึ่งการรับรู้เหล่านี้มีผลต่อการดำเนินชีวิตประจำวัน

2) ด้านจิตใจ คือการรับรู้สภาพทางจิตใจของตนเอง เช่น การรับรู้ความรู้สึกทางบวกที่บุคคลมีต่อตนเอง การรับรู้ภาพลักษณ์ของตนเอง การรับรู้ถึงความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง การรับรู้ถึงความมั่นใจในตนเอง การรับรู้ถึงความคิด ความจำ สมาธิ การตัดสินใจความสามารถในการ

เรียนรู้เรื่องราวต่างๆ ของตน และการรับรู้ถึงความสามารถในการจัดการกับความเศร้า หรือกังวล เป็นต้น

3) ด้านระดับความเป็นอิสระของบุคคล คือ การรับรู้ถึงความเป็นอิสระที่ไม่ต้องพึ่งพาผู้อื่น การรับรู้ถึงความสามารถในการเคลื่อนไหวของตน การรับรู้ถึงความสามารถในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันของตน การรับรู้ถึงความสามารถในการทำงาน การรับรู้ว่าคุณไม่จำเป็นต้องพึ่งพาอาศัยใคร หรือการรักษาทางการแพทย์อื่นๆ เป็นต้น

4) ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม คือการรับรู้เรื่องความสัมพันธ์ของตนกับบุคคลอื่น การรับรู้ถึงการที่ได้รับความช่วยเหลือจากบุคคลอื่นในสังคม การรับรู้ว่าคุณได้เป็นผู้ให้ความช่วยเหลือบุคคลอื่นในสังคม รวมถึงการรับรู้ในเรื่องอารมณ์ทางเพศ หรือการมีเพศสัมพันธ์

5) ด้านสิ่งแวดล้อม คือการรับรู้เกี่ยวกับสิ่งแวดล้อม ที่มีผลต่อการดำเนินชีวิต เช่นการรับรู้ว่าคุณมีชีวิตอยู่อย่างอิสระ มีความปลอดภัย และมั่นคงในชีวิต การรับรู้ว่าคุณได้อยู่ในสิ่งแวดล้อมทางกายภาพที่ดี ปราศจากมลพิษต่างๆ การคมนาคม มีแหล่งประโยชน์ด้านการเงิน สถานบริการทางสุขภาพ และสังคมสงเคราะห์ การรับรู้ว่าคุณมีโอกาสที่จะได้รับข่าวสาร หรือฝึกฝนทักษะต่างๆ การรับรู้ว่าคุณได้มีกิจกรรมในเวลาว่าง เป็นต้น

6) ด้านความเชื่อส่วนบุคคล คือรวมไปถึงการรับรู้เกี่ยวกับความเชื่อมั่นต่างๆ ของตน ที่มีผลต่อการดำเนินชีวิต เช่น การรับรู้เรื่องความเชื่อด้านจิตวิญญาณศาสนา การให้ความหมายของชีวิต และความเชื่ออื่นๆ ที่มีผลในทางที่ดีต่อการดำเนินชีวิต มีผลต่อการเอาชนะอุปสรรค เป็นต้น

องค์การอนามัยโลก ได้ปรับปรุงแบบประเมินลดข้อคำถามลงเหลือ 26 ข้อ ที่ของไทยเรียกว่า แบบวัดคุณภาพชีวิตฉบับย่อชุดภาษาไทย (WHOQOL-BREF-THAI) สามารถจัดกลุ่มได้เป็น 4 ด้าน ได้แก่ 1. ด้านร่างกาย 2. ด้านจิตใจ 3. ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และ 4. ด้านสิ่งแวดล้อม ซึ่งลดลงจาก WHOQOL-100 ไป 2 ด้าน (สุวัฒน์ มหัตนรินทร์กุล และคณะ, 2540)

สรุป คุณภาพชีวิต หมายถึง ชีวิตของบุคคลที่สามารถดำรงชีวิตอยู่ร่วมกับสังคมได้อย่างเหมาะสม ไม่เป็นภาระและไม่ก่อให้เกิดปัญหาแก่สังคม เป็นชีวิตที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและจิตวิญญาณ โดยที่มีองค์ประกอบคุณภาพชีวิตระดับบุคคลทำให้บุคคลมีคุณภาพชีวิตที่ดี สามารถดำรงชีวิตอย่างมีความสุขพึงพอใจกับการมีชีวิตอย่างแท้จริง ประกอบด้วยองค์ประกอบ ความสมบูรณ์ด้านร่างกาย ความสมบูรณ์ทางด้านจิตใจและอารมณ์ ความสมบูรณ์ด้านความสัมพันธ์ทางสังคมและสิ่งแวดล้อม

แนวคิดเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง

การพัฒนาประเทศบรรลุผลเจริญก้าวหน้าอย่างต่อเนื่อง เศรษฐกิจขยายตัวอย่างมีเสถียรภาพและมั่นคงมากขึ้น ขณะที่การพัฒนาสังคมมีทั้งประสบผลสำเร็จและเกิดปัญหาต่างๆ ขึ้นมากมาย ขณะเดียวกันประเทศไทยต้องเผชิญกับแรงกดดันที่มาจากภายนอกประเทศในทุกด้าน ซึ่งสร้างผลกระทบทั้งทางบวกและทางลบ (สุวรรณี คำมั่น, 2547) หรืออาจกล่าวได้ว่าการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในประเทศไทยหลายทศวรรษที่ผ่านมา เกิดจากปัจจัยสำคัญหลายประการ ทั้งทางด้านเศรษฐกิจ สังคม การเมืองการปกครองและทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ในอดีตที่ผ่านมาประเทศไทยมีความได้เปรียบ เติบโตเร็วเทียบในฐานทรัพยากรธรรมชาติที่มีอยู่อย่างเหลือเฟือ และมีแรงงานค่าจ้างขั้นต่ำจำนวนมากแต่ปัจจุบันสถานการณ์ได้เปลี่ยนไปทรัพยากรธรรมชาติลดน้อยถอยลงอย่างต่อเนื่อง บางอย่างเสื่อมโทรมฟื้นฟูกลับคืนมาไม่ได้และสร้างมลภาวะเป็นพิษให้กับประชาชนในประเทศอีกด้วย ขณะที่แรงงานราคาถูกมีแนวโน้มลดลง ประกอบกับความก้าวหน้าของเทคโนโลยีมีผลทำให้กระบวนการผลิตปรับเปลี่ยนรูปแบบและความต้องการกำลังแรงงานไปเป็นการเน้นแรงงานที่มีทักษะฝีมือมากขึ้น ประเทศต่างๆ ก็มีการแข่งขันสูงขึ้น แม้ว่าการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นจะส่งผลกระทบต่อการพัฒนาต่างๆ ในสังคมไทย แต่ก็ป็นสัญญาณเตือนให้คนไทยเฝ้าระวัง ตระหนักและเตรียมพร้อมรับสถานการณ์ได้อย่างรู้ทัน และมีแนวคิดหรือหลักการที่เหมาะสมกับภูมิสังคมของประเทศไทยที่สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตที่จะช่วยให้รอดพ้นและสามารถดำรงอยู่ได้อย่างมั่นคงและยั่งยืนภายใต้กระแสโลกาภิวัตน์ และการเปลี่ยนแปลงต่างๆ นั้นก็คือ การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงตามแนวพระราชดำริของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว “เศรษฐกิจพอเพียง” เป็นปรัชญาที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวมีพระราชดำริชี้แนะ แนวทางการดำรงอยู่และปฏิบัติตนของประชาชนในทุกๆ ระดับ ตั้งแต่ระดับครอบครัว ระดับชุมชนจนถึงระดับรัฐ ทั้งในการพัฒนาและบริหารประเทศให้ดำเนินไปในทางสายกลาง โดยเฉพาะการพัฒนาเศรษฐกิจเพื่อให้ก้าวทันต่อโลกยุคโลกาภิวัตน์

อย่างไรก็ตาม เมื่อพิจารณาความแตกต่างของรายได้ของประชาชนในประเทศ กลับพบว่า ประชาชนที่มีฐานะการเงินมั่งคั่ง ร่ำรวยก็ยังคงรวยมากขึ้น ในขณะที่ประชาชนยากจนก็ยังคงยากจน หรือมีความถดถอยของรายได้ อยู่เช่นเดิม สิ่งเหล่านี้ชี้ให้เห็นความเหลื่อมล้ำของสังคมไทย ในหลายๆ ด้าน ก่อให้เกิดปัญหาหลายประการตามมา ซึ่งปัญหาหนึ่งที่เกิดขึ้นและพบได้ในสังคมไทย คือการมีคุณภาพชีวิตที่ถดถอย ลดต่ำจากมาตรฐานลง ผู้คนหันมาให้ความสนใจกับการบริโภควัตถุนิยมกันมากขึ้น การศึกษาไม่เอื้อต่อการพัฒนาภูมิปัญญาท้องถิ่นอย่างแท้จริง (กองพัฒนาสังคมเศรษฐกิจและสิ่งแวดล้อม, 2543) ส่งผลโดยตรงต่อคุณภาพชีวิตและความเป็นอยู่ของชุมชน

จากสภาพปัญหาดังกล่าว จึงเป็นจุดกระตุ้นให้สังคมหันมาให้ความสนใจและร่วมมือกัน แก้ไขวิกฤติดังกล่าวอย่างแท้จริง ซึ่งก็ได้เกิดแนวคิดหลายๆประการที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ แก้ไขปัญหากรอบวิกฤติดังกล่าวด้วยกัน และแนวคิดหนึ่งที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้กับสังคมไทยได้ คือ การดำรงชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงอันเป็นแนวพระราชดำริที่ได้รับพระราชทานจากองค์พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว

ความหมายของเศรษฐกิจแบบพอเพียง

ความหมายของคำว่าเศรษฐกิจแบบพอเพียงนั้น สมเด็จพระเจ้าอยู่หัวได้พระราชทาน คำจำกัดความของคำว่า เศรษฐกิจแบบพอเพียงไว้อย่างครอบคลุมและลึกซึ้งมาก โดยส่วนหนึ่งของความหมายนั้นได้ทรงดำรัสไว้ว่า

...“คำว่าพอเพียง” มีความหมายกว้างออกไปอีก ไม่ได้หมายถึง การมีพอสำหรับใช้ของตัวเอง มีความหมายว่า “พอมี พอกิน”วันนั้นได้พูดถึงว่าเราควรจะทำปฏิบัติให้พอมี พอกิน พอมี พอกินนี้ ก็แปลว่า “เศรษฐกิจพอเพียง นั่นเอง” ถ้าแต่ละคนมีพอมีพอกิน ก็ใช้ได้ยิ่งถ้าทั้งประเทศ มีพอมีพอกินก็ยิ่งดี.... พอเพียงนี้ก็หมายความว่า มีกินมีอยู่ ไม่ฟุ่มเฟือย ไม่หรูหรา ก็ได้แต่ว่าพอ...เพียงก็คือ พอเท่านั้นเอง คนเราถ้าพอในความต้องการมันก็มี ความโลภน้อย เมื่อมีความโลภน้อย ก็จะเบียดเบียนคนอื่นน้อย... พอเพียงนี้อาจจะมีมาก อาจจะมีของหรูหราก็ได้ แต่ต้องไม่เบียดเบียนคนอื่น ต้อง ให้พอประมาณ พุคจาก็พอเพียง

ท่าอะไรก็พอเพียง ปฏิบัติตนก็พอเพียง... ฉะนั้นความพอเพียงนี้ก็แปลว่า ความพอประมาณ และความมีเหตุผล... (กรมการปกครอง, 2542)

จากกระแสพระราชดำริเศรษฐกิจพอเพียง ก่อให้เกิดการระดมความคิดในวงกว้างจากทุกฝ่าย อาทิ นักวิชาการ ข้าราชการ ปราชญ์นักคิดทั้งระดับท้องถิ่นและระดับประเทศ ทั้งภาครัฐและเอกชน โดยน้อมนำเอากระแสพระราชดำริมาปฏิบัติและหาวิธีการที่จะผลักดันให้บังเกิดผลสำเร็จ ซึ่งต่อมาก็ได้ให้ความหมายและแนวคิดของคำว่า เศรษฐกิจแบบพอเพียง ไว้มากมายดังนี้

เสน่ห์ จามริก (2542) ได้ให้ความคิดเห็นไว้ดังนี้ “เศรษฐกิจพอเพียง” ให้ความหมายเป็นทั้งหลักการและกระบวนการทางสังคม ว่ากันตั้งแต่ขั้นพื้นฐานและขยายเครือข่ายเกษตรกรรมยั่งยืน เป็นการพัฒนาขีดความสามารถในการผลิตและบริการโภคอย่างพออยู่พอกิน

นิคม มุสิกคามะ (2542) ให้ความเห็นว่าเศรษฐกิจพอเพียง เป็นแนวทางพัฒนาตามทฤษฎีใหม่ ที่ทำให้ประเทศไทยอยู่ในสังคมโลกได้อย่างสง่างามน่าภาคภูมิใจ โดยที่สามารถผลิตทรัพยากรได้ตามภูมิปัญญา และเทคโนโลยีแบบไทย มีความพอเพียงในครอบครัว ชุมชนมีความเข้มแข็งช่วยตัวเองได้วิถีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีสอดคล้องกับหลักธรรมคำสอนในศาสนา มีสังคมที่สงบสุขกินดีอยู่ดีขึ้น การผลิตอุดมสมบูรณ์พอเพียงที่จะค้าขายไปยังต่างประเทศ

พระธรรมปิฎก (2544) ได้กล่าวถึงความหมายของเศรษฐกิจพอเพียงไว้ว่า เศรษฐกิจพอเพียงอาจมองได้เป็น 2 ด้าน ด้านวัตถุวิสัย และด้านจิตวิสัย เมื่อมองทางด้านวัตถุวิสัยหรือมองจากภายนอก เศรษฐกิจพอเพียงหมายถึงต้องมีกินมีใช้ มีปัจจัยสี่เพียงพอ ซึ่งพอสมควรกับอัตราที่ใกล้เคียงกับคำว่าพึ่งตนเองได้ในทางเศรษฐกิจ ส่วนทางด้านจิตวิสัยคือการมองภายในจิตใจ คนจะมีความรู้สึกเพียงพอไม่เท่ากัน บางคนมีเป็นล้านก็ไม่พอ บางคนมีนิดเดียวก็เพียงพอทางจิตใจ

สุรเกียรติ์ เสถียรไทย (2542) ได้กล่าวถึงเศรษฐกิจพอเพียงไว้ว่า เป็นปรัชญาของการพัฒนาตามกระแสเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งมีฐานคิดสำคัญที่การพัฒนาคนในชุมชน ทั้งด้านเศรษฐกิจและสังคมควบคู่ไปกับการจรรโลงรักษาวัฒนธรรมชุมชน ทั้งนี้การพัฒนาคณะจะต้องเริ่มที่การพัฒนาความคิดและจิตใจของคนให้รู้จักกินรู้จักใช้ตามอัตราและความจำเป็นในการดำรงชีวิต

ไสว บุญมา (2543) กล่าวถึง ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงว่าเป็นแนวคิดหลักการดำเนินชีวิตที่มีฐานอยู่บนหลักเกณฑ์ทางศีลธรรมจรรยา ซึ่งทำให้ฐานรากของสังคม การเมือง และเศรษฐกิจมั่นคง ซึ่งสอดคล้องกับ วัลลภ พรหมทอง (2543) ที่กล่าวถึง “เศรษฐกิจพอเพียง” ว่าเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตที่เกี่ยวกับเศรษฐกิจแบบพึ่งพาตนเอง พอมีพอกิน ซึ่งเกี่ยวข้องกับการผลิตและรวมทั้งวิถีชีวิต วิถีคิด จิตสำนึกของคน วัฒนธรรม วิทยาศาสตร์และธรรมชาติ ซึ่งจะส่งผลต่อการพัฒนาที่ยั่งยืนมั่นคงตลอดไป

สำนักงานพัฒนาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งชาติ (2543) กล่าวถึง “เศรษฐกิจพอเพียง” ว่าเป็นปรัชญาที่แนวทางการดำรงอยู่และปฏิบัติตนของประชาชนในทุกระดับตั้งแต่ระดับครอบครัว ระดับชุมชน จนถึงระดับรัฐ ทั้งในการพัฒนาและบริหารประเทศให้ดำเนินไปในทางสายกลาง โดยเฉพาะการพัฒนาเศรษฐกิจเพื่อให้ก้าวทันต่อโลกยุคโลกาภิวัตน์

พลเอกเปรม ติณสูลานนท์ (อ้างใน สมพร เทพสิทธิ์า, 2549) กล่าวว่า เศรษฐกิจพอเพียงมีหลัก 3 ประการ คือ การรู้จักประมาณ การมีเหตุผล และการมีภูมิคุ้มกันความเสี่ยง โดยหลัก 3 ประการนี้ “ไม่ได้นำไปใช้เฉพาะเรื่องเศรษฐกิจเท่านั้น เรื่องการศึกษา เรื่องวัฒนธรรมก็นำไปใช้ได้

สุเมธ ตันติเวชกุล (2549) ได้กล่าวสรุปถึงความหมายของเศรษฐกิจพอเพียงตามแนวพระราชดำริไว้ว่า หมายถึง เศรษฐกิจที่สามารถอุ้มชูตัวเองได้ ให้มีความพอเพียงกับตนเอง สามารถอยู่ได้โดยไม่เดือดร้อน ซึ่งจะต้องสร้างพื้นฐานทางเศรษฐกิจของตนเองให้ดีก่อน คือตนเองสามารถอยู่ได้อย่างพอกินพอใช้ และเศรษฐกิจพอเพียงนั้นเป็นเรื่องที่เข้าใจง่าย มีความหมายชัดเจนถ้าหากพิจารณาอย่างถ่องแท้จะไม่ยากแก่การรับรู้และการนำไปปฏิบัติ

แนวคิดของเศรษฐกิจแบบพอเพียง

จากแนวพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงมีแนวทางที่มุ่งให้คนไทยดำรงตนโดยยึดหลักของความสมถะ พึงพอใจกับสิ่งที่เป็นอยู่ไม่อคติกับบุคคลที่มีสภาพชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีกว่า ซึ่งแนวพระราชดำรัสล้วนแต่เป็นแนวทางที่เหมาะสมกับการนำมาประยุกต์ใช้กับสังคมไทยโดยเฉพาะสังคมชนบท (กรมการปกครอง, 2541) อันได้แก่

...การจะเป็นเสือนั้นมันไม่สำคัญ สำคัญอยู่ที่เราพออยู่พอกินและมีเศรษฐกิจการเป็นอยู่แบบพอมีพอกิน แบบพอมีพอกินหมายความว่า อุ้มชูตัวเองให้ได้ ให้มีพอเพียงกับตัวเอง อันนี้เคยบอกว่าความพอเพียงนี้ไม่ได้หมายความว่าทุกครอบครัวจะต้องผลิตอาหารของตัวเอง จะต้องทอผ้าใส่ให้ตัวเองสำหรับครอบครัว อย่างนั้นมันเกินไปแต่ว่าในหมู่บ้านหรือในอำเภอจะต้องมีความพอเพียงพอสมควร บางสิ่งบางอย่างที่ผลิตได้มากกว่าความต้องการก็ขายได้ แต่ขายในที่ไม่ห่างไกลเท่าไรไม่ต้องเสียค่าขนส่งมากนัก อย่างนี้นักเศรษฐกิจต่างๆ ก็มาบอกว่าล้าสมัยจริง อาจจะไม่ล้าสมัยเพราะว่าคนอื่นเขาก็ต้องมีการเศรษฐกิจที่ต้องมีการแลกเปลี่ยน เรียกว่าเป็นเศรษฐกิจการค้า ไม่ใช่เศรษฐกิจความพอเพียงรู้สึกไม่หรรษาแต่เมืองไทยเป็นประเทศที่มีบุญอยู่ว่าการผลิตที่พอเพียงทำได้...

...อย่างข้าวที่ปลูกเคยสนับสนุนให้ปลูกข้าวให้พอเพียงกับตัวเอง เก็บเอาไว้ในยุ้งเล็กๆแต่ละครอบครัวเก็บและถ้ามีพอก็ขายแต่คนอื่นกลับบอกว่าไม่สมควร โดยเฉพาะทางภาคอีสานเขาบอกต้องปลูกข้าวหอมมะลิเพื่อที่จะขาย อันนี้ปลูกต้องข้าวหอมมะลิขายได้ดี แต่เมื่อขายแล้วของตัวเองจะบริโภคต้องซื้อจะซื้อจากใคร ทุกคนปลูกข้าวหอมมะลิในภาคอีสานส่วนมากเขาชอบบริโภคข้าวเหนียวซึ่งใครจะเป็นคนปลูกข้าวเหนียว เพราะว่าประกาศโฆษณาว่าคนที่ปลูกข้าวเหนียวเป็นคน ใจอันนี้เป็นสิ่งที่สำคัญเลยสนับสนุนบอกว่าให้เขาปลูกข้าวบริโภค เขาชอบข้าวเหนียวก็ปลูกข้าวเหนียว เขาชอบข้าวอะไรก็ตาม ให้เขาปลูกข้าวอย่างนั้นและเก็บไว้เพื่อใช้บริโภคตลอดปี ถ้ายังมีที่ที่จะทำนาปรังหรือมีที่มากพอสำหรับปลูกข้าวก็ปลูกข้าวหอมมะลิเพื่อที่จะขาย ที่พูดอย่างนี้เพราะว่าข้าวที่ปลูกสำหรับบริโภคไม่ต้องเที่ยวรอบโลก ถ้าข้าวที่ซื้อมาต้องข้ามจังหวัดหรืออาจข้ามประเทศมาค่าขนส่งนั้นก็บวกเข้าไปในราคาข้าว...

...สิ่งเหล่านี้เป็นเรื่องของเศรษฐกิจแบบค้าขายภาษาฝรั่งเศสเขาเรียก Trade Economy ไม่ใช่แบบพอเพียง ซึ่งฝรั่งเศสเรียก Self-sufficient Economy ถ้าเราทำแบบที่ไหนทำได้คือเศรษฐกิจแบบพอเพียงกับตัวเอง เราก็อยู่ได้ไม่ต้องเดือดร้อน อย่างทุกวันนี้เราเดือดร้อนสำหรับข้าวก็เห็นชัด สำหรับสิ่งอื่นประชาชนก็ต้องใช้มีสิ่งของจำเป็นที่จะใช้หลายอย่างที่เรำทำในเมืองไทยและสามารถที่จะเป็นสินค้าส่งออกใช้เองด้วย แต่สำหรับส่งนอกนั้นมีพิธีการมากมายมีทางที่จะผ่านมากมาย ลงท้ายกำไรไม่เหลือกำไรมันน้อย แต่ถ้าสามารถที่จะติดต่อโดยตรงอย่างกล่องนี้เขาติดต่อโดยตรงเขาส่งไปเป็นหีบๆ ที่ลงเรือ ที่เรียกว่า Container ก็ส่งไปเต็ม Container ลงท้ายค่าขนส่งไม่แพงนัก พุคกลับไปกลับมาในเรื่อง

การค้าการบริโภค การผลิตและการขาย รู้ว่าท่านทั้งหลายกำลังกลุ่มใจในวิกฤตการณ์ตั้งแต่คนที่ไม่มีเงินน้อยจนกระทั่งคนที่ไม่มีเงินมาก แต่ถ้าสามารถที่จะเปลี่ยนให้กลับเป็นเศรษฐกิจแบบพอเพียง ไม่ต้องทั้งหมดแม้จะไม่ถึงครึ่งอาจจะเศษหนึ่งส่วนสี่ก็จะสามารถที่จะอยู่ได้ การแก้ไขจะต้องใช้เวลา ไม่ใช่ง่าย ๆ โดยมากคนก็ใจร้อนเพราะเดือดร้อน แต่ว่าถ้าทำตั้งแต่เดี๋ยวนี้ก็สามารถที่จะแก้ไขได้...

ประเวศ วะสี (2550) นักวิชาการอีกท่านหนึ่งที่ทำการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับการดำรงชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งก็ได้เสนอแนวคิดหลักของเศรษฐกิจพอเพียง ดังนี้

“เศรษฐกิจพอเพียง” ไม่ได้หมายถึง การไม่เกี่ยวข้องกับใคร ไม่ค้าขาย ไม่ผลิต ไม่เกี่ยวข้องกับในเชิงพาณิชย์ แต่หมายถึงความพอเพียงในอย่างน้อย 7 ประการด้วยกัน คือ

1. พอเพียงสำหรับทุกคนทุกครอบครัวไม่ทอดทิ้งกัน
2. จิตใจพอเพียงสามารถที่จะรักและเอื้ออาทรต่อผู้อื่นได้เสียสละเป็น
3. สิ่งแวดล้อมพอเพียง ได้แก่ การรู้จักที่จะอนุรักษ์และเพิ่มพูนสิ่งแวดล้อมรอบ ๆ ตัว เพื่อให้เอื้อประโยชน์ต่อการยังชีพและทำมาหากินในชีวิตประจำวันได้ เช่น การทำเกษตรแบบผสมผสาน เป็นต้น
4. ชุมชนเข้มแข็งพอเพียง คือ การที่ชุมชนสามารถรวมตัวกันมีความสามัคคีต่อกันเพื่อสร้างความเป็นปึกแผ่นมั่นคง รวมตัวกันเป็นชุมชนที่มีความเข้มแข็งซึ่งจะทำให้สามารถแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ได้ง่ายคายส่งผลให้ชีวิตมีความสุข มีคุณภาพที่ดี
5. ปัญญาพอเพียง มีการเรียนรู้สิ่งต่างๆ ร่วมกัน และสามารถปรับตัวต่อสภาวะการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นได้อย่างต่อเนื่อง
6. อยู่บนพื้นฐานวัฒนธรรมพอเพียง คือ การที่กลุ่มชนมีวิถีการดำเนินชีวิตที่สัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมและรากฐานทางวัฒนธรรมของตน ซึ่งการดำเนินชีวิตภายใต้รูปแบบของการมีวัฒนธรรมและสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสมกับคนนั้นจะไม่ก่อให้เกิดผลกระทบใดๆ ที่ร้ายแรงต่อ

คุณภาพชีวิตความเป็นอยู่ของคุณได้ เนื่องจากสิ่งเหล่านั้นล้วนแต่เอื้อประโยชน์ต่อครองชีวิตของคุณทั้งสิ้น

7. มีความมั่นคงในชีวิตพอเพียง พร้อมรับมือกับการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้นในอนาคตอยู่เสมอ เพราะสิ่งเหล่านี้มีอิทธิพลต่อความมั่นคงทางจิตใจของมนุษย์เราทั้งสิ้น เมื่อใดก็ตามที่มนุษย์เรามีความมั่นคงในชีวิตพอเพียง ก็จะส่งผลให้เป็นบุคคลที่มีสุขภาพจิตดี สามารถอดทนต่อสภาวะที่เกิดขึ้นและผันผวนได้เป็นอย่างดี ดังนั้นเศรษฐกิจพอเพียงที่มั่นคงจึงทำให้มนุษย์เรามีคุณภาพชีวิตที่ดีมีสุขภาพจิตที่ดีได้

ณัฐพงษ์ ทองภักดี (2550) ได้อธิบายความหมายความพอเพียงตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงว่าประกอบด้วยคุณลักษณะดังนี้

กรอบความคิดของปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง เป็นการชี้แนะแนวทางการดำรงอยู่และปฏิบัติตนทั้งแนวทางปฏิบัติและตัวอย่างการประยุกต์ที่เกิดขึ้น โดยปรัชญาใช้ได้ทั้งระดับปัจเจกชน ครอบครัว ชุมชน และประเทศ ในที่นี้มองในแง่การบริหารเศรษฐกิจ (ระดับประเทศ) เป็นการมองโลกในลักษณะที่เป็นพลวัต มีการเปลี่ยนแปลง มีความไม่แน่นอนและมีความเชื่อมโยงกับกระแสโลก มุ่งผลทั้งระยะสั้นและระยะยาว เพื่อความมั่นคงและยั่งยืนในมิติต่างๆ เป็นการเปลี่ยนแปลงกรอบแนวคิดในการพัฒนา สืบเนื่องจากการเปลี่ยนแปลงสภาพแวดล้อมทั้งภายในและภายนอกประเทศ

คุณลักษณะเศรษฐกิจพอเพียง คือ เป็นแนวทางการดำรงอยู่และการปฏิบัติตนตามแนวทางที่ควรจะเป็นใช้ได้กับประชาชนทุกระดับ ทุกหน้าที่ เป็นการดำเนินตามทางสายกลาง ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง จึงมิใช่เป็นเฉพาะเรื่องเศรษฐกิจ เพราะเป็นแนวทางการปฏิบัติตนซึ่งมีหลายมิตินอกจากนี้ยังให้มีความเท่าทันโลกคือกระแสโลกาภิวัตน์ คือไม่ใช่ปิดประเทศ แต่ในขณะที่เดียวกันก็ไม่เปิดเสรีเต็มที่อย่างไม่มีการควบคุมดูแล ไม่ใช่อยู่อย่างโดดเดี่ยวหรืออยู่โดยพึ่งพิงภายนอกทั้งหมด

ความหมายของความพอเพียง คือ ความพอประมาณ ความมีเหตุมีผล มีระบบภูมิคุ้มกันที่ดี ต่อผลกระทบของการเปลี่ยนแปลง หากขาดองค์ประกอบใดก็ไม่เป็นความพอเพียงที่สมบูรณ์

ความพอประมาณ มีสองนัย คือ ความพอดีไม่สุดโต่ง และการยื่นได้บนขาของตนเอง เป็นการดำเนินชีวิตอย่างทางสายกลาง โดยมีการกระทำไม่มากเกินไป ไม่น้อยเกินไปในมิติต่างๆ เช่น การบริโภค การผลิตอยู่ในระดับสมดุล การใช้จ่าย การออมอยู่ในระดับที่ไม่สร้างความเดือดร้อนให้ตนเอง เป็นสิ่งที่ทำให้เราทำอะไรเต็มตามศักยภาพ ไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น เพื่อเป็นการยื่นได้โดยลำแข้งของตนเอง

ความมีเหตุมีผล หมายความว่า การตัดสินใจเกี่ยวกับพฤติกรรมต่างๆ ที่มีความพอประมาณ ในมิติต่างๆ จะต้องมีการรอบรู้คิดถึงระยะยาวต้องมีเป้าหมายและวิธีการที่เหมาะสม มีความรู้ในการดำเนินการ มีการพิจารณาจากเหตุปัจจัยและข้อมูลที่เกี่ยวข้อง ต้องเป็นการมองระยะยาว ตลอดจนคำนึงถึงผลกระทบของการกระทำและความเสี่ยง จะทำให้มีความพอประมาณทั้งในปัจจุบันและอนาคตความสำคัญของการมีเหตุผลอาจพิจารณาจากพระราชดำรัสนี้

...ทุกคนจำเป็นต้องหมั่นใช้ปัญญาพิจารณาการกระทำของตนให้รอบคอบอยู่เสมอ ระวังระมัดระวังทำการทุกอย่างด้วยเหตุผล ด้วยความมีสติ และด้วยความรู้ตัวเพื่อเอาชนะความชั่วร้ายทั้งหมดให้ได้โดยตลอด และสามารถก้าวไปถึงความสำเร็จที่แท้จริง ทั้งในการทำงาน และการครองชีวิต... (พระบรมราโชวาทในพิธีพระราชทานปริญญาบัตรของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 13 กรกฎาคม 2516)

การมีภูมิคุ้มกันในตัวดีพอสมควร พลวัตในมิติต่างๆ ทำให้มีการเปลี่ยนแปลงในสถานะต่างๆ อย่างรวดเร็วขึ้น จึงต้องมีการเตรียมตัวพร้อมรับผลกระทบที่คาดว่าจะเกิดขึ้นจากการเปลี่ยนแปลงด้านต่างๆ การกระทำที่เรียกได้ว่าพอเพียงไม่คำนึงถึงเหตุการณ์และผลในปัจจุบัน แต่จำเป็นต้องคำนึงถึงความเป็นไปได้ของสถานการณ์ต่างๆ ที่จะเกิดขึ้นในอนาคต ภายใต้ข้อจำกัดของข้อมูลที่มีอยู่ และสามารถสร้างภูมิคุ้มกันพร้อมรับการเปลี่ยนแปลง และการมีภูมิคุ้มกันจะทำให้มีความพอเพียงแม้เมื่อมีการเปลี่ยนแปลง ถึงจะมีเหตุการณ์ที่แย่มากที่สุดก็รับมือได้

ทั้งนี้หากจะมีความพอเพียง เงื่อนไขการปฏิบัติ ตามปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง คือ เงื่อนไขความรู้ ได้แก่ มีความรอบรู้ รอบคอบ ระวัง และเงื่อนไขคุณธรรม

ความรู้รอบรู้ คือ มีความรู้เกี่ยวกับวิชาการต่างๆ อย่างรอบด้าน ในเรื่องต่างๆ ที่เกี่ยวข้องเพื่อใช้เป็นประโยชน์พื้นฐาน เพื่อนำไปใช้ในการปฏิบัติอย่างพอเพียง การมีความรอบรู้อย่างดีทำให้มีการตัดสินใจที่ถูกต้อง ทั้งนี้รวมถึง ความรอบคอบ ความระมัดระวัง คือ มีการวางแผน โดยสามารถที่จะนำความรู้และหลักวิชาต่างๆ มาพิจารณาเชื่อมโยงสัมพันธ์กัน และความมีสติ ตระหนักถึงการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้นได้ ในการนำแผนปฏิบัติที่ตั้งอยู่บนหลักวิชาต่างๆ เหล่านั้นไปใช้ในทางปฏิบัติ โดยมีการปรับใช้ให้เหมาะกับสภาพแวดล้อมทั้งทางกายภาพและทางสังคมด้วย

ในส่วนของคุณธรรม ความซื่อสัตย์สุจริต ซึ่งครอบคลุมคนทั้งชาติ รวมทั้งเจ้าหน้าที่ นักวิชาการ นักธุรกิจ มีสองด้าน คือ ด้านจิตใจ/ปัญญา และด้านการกระทำ ในด้านแรกเป็นการเน้นความรู้คู่คุณธรรม ตระหนักในคุณธรรม มีความซื่อสัตย์สุจริต และมีความรอบรู้ที่เหมาะสม ส่วนด้านการกระทำหรือแนวทางดำเนินชีวิต เน้นความอดทน ความเพียร สติปัญญา และความรอบคอบเงื่อนไขนี้จะทำให้การปฏิบัติตามเนื้อหาของความพอเพียงเป็นไปได้ ทำให้ตนเองไม่มีความโลภไม่เบียดเบียนผู้อื่นหรือสังคม เพราะการมีความโลภจะทำให้ทำอะไรสุดโต่ง ไม่นึกถึงความเสี่ยงไม่รู้จักพอ มีโอกาสที่จะกระทำการทุจริต

ปรัชญากล่าวถึง ผลที่คาดว่าจะได้รับด้วย โดยความพอเพียงเป็นทั้งวิธีการและผลจากการกระทำ โดยจะทำให้เกิดวิถี การพัฒนาและผลของการพัฒนาที่สมดุล และพร้อมรับการเปลี่ยนแปลง ความสมดุลและความพร้อมรับการเปลี่ยนแปลง หมายถึง ความสมดุลในทุกด้าน ทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรม ในขณะเดียวกัน ความสมดุลของการกระทำทั้งเหตุและผลจะนำไปสู่ ความยั่งยืนของการพัฒนา ภายใต้พลวัตทั้งภายในและภายนอกประเทศ

เกษม วัฒนชัย (2550) ได้ให้ความหมายเศรษฐกิจพอเพียง ว่าหมายถึง พอประมาณ ความมีเหตุผล รวมถึงความจำเป็นที่จะต้องมีระบบภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีพอสมควรต่อการมีผลกระทบใดๆ อันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงทั้งภายนอกและภายใน

ความพอเพียงประกอบด้วย

1. พอประมาณ คือ พอดีพอเหมาะต่อความจำเป็น พอประมาณตามอัตภาพ ไม่มากเกินไป ไม่น้อยเกินไป

2. ความมีเหตุผล คือ ทำตามหลักวิชา หลักกฎหมาย ตามหลักศีลธรรม ตามกฎเกณฑ์สังคม ประเพณี วัฒนธรรม ตามความจำเป็นในการดำเนินชีวิต

3. ระบบภูมิคุ้มกันในตัว 4 ด้าน

3.1 ด้านวัตถุ ภูมิคุ้มกันเข้มแข็ง คือ มีเงินออม มีการประกันความเสี่ยงในอนาคต มีการลงทุนเพื่อพัฒนา และมีการวางแผนระยะยาว

3.2 ด้านสังคม ภูมิคุ้มกันเข้มแข็ง คือ รู้รักสามัคคี ร่วมมือร่วมใจกัน มีคุณธรรม ใฝ่ศาสนา สังคมสีขาว อยู่เย็นเป็นสุขและทุนทางสังคมสูง

3.3 ด้านสิ่งแวดล้อม ภูมิคุ้มกันเข้มแข็ง คือ มีความรู้ ตำนึก และหวงแหน ในสิ่งแวดล้อม สร้างสุขนิสัยสะอาดเป็นระเบียบ และอยู่กับธรรมชาติ

3.4 ด้านวัฒนธรรม ภูมิคุ้มกันเข้มแข็ง คือ มั่นคงในวัฒนธรรมไทย และเชิดชู วัฒนธรรมท้องถิ่น เข้าใจและเป็นมิตรต่อวัฒนธรรมต่างถิ่นต่างชาติ

4. เงื่อนไขความพอเพียง

4.1 เงื่อนไขหลักวิชาทั้งนี้จะต้องอาศัยความรู้ ความรอบคอบและความระมัดระวัง อย่างยิ่งในการนำเอาหลักวิชาการต่างๆ มาใช้ในการวางแผนและดำเนินงานทุกขั้นตอน

4.2 เงื่อนไขคุณธรรม ขณะเดียวกันจะต้องเสริมสร้างพื้นฐานจิตใจของคนในชาติ โดยเฉพาะเจ้าหน้าที่ของรัฐ นักทฤษฎี นักธุรกิจในทุกระดับ ให้มีสำนึกในคุณธรรม ความซื่อสัตย์ สุจริต

4.3 เงื่อนไขการดำเนินชีวิต ให้มีความรอบรู้ที่เหมาะสม ดำเนินชีวิตด้วยความอดทน ความเพียร มีสติ ปัญญา และความรอบคอบ

สมพร เทพสิทธา (2549ข) ได้ทำการศึกษาปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงว่าเป็นปรัชญาที่มีมิติ ต่างๆครอบคลุมทั้งหมดอยู่ 4 ด้านด้วยกันคือ

เศรษฐกิจพอเพียงตามแนวพระราชดำริอยู่เหนือกว่าเศรษฐกิจแบบทุนนิยมของตะวันตก ซึ่งเกี่ยวกับเรื่องวัตถุที่เป็นรูปธรรม เช่น เงิน ทรัพย์สิน กำไร ไม่เกี่ยวกับเรื่องจิตใจซึ่งเป็นนามธรรม แต่เศรษฐกิจพอเพียงมีขอบเขตกว้างขวางกว่าเศรษฐกิจทุนหรือเศรษฐกิจธุรกิจ เพราะครอบคลุมถึง 4 ด้าน คือ มิติด้านเศรษฐกิจ มิติด้านจิตใจ มิติด้านสังคม และมิติด้านวัฒนธรรม

1. มิติด้านเศรษฐกิจ

เศรษฐกิจพอเพียงเป็นเศรษฐกิจแบบพออยู่พอกิน ให้ความความยั่งยืนมั่นคงเพื่อประกอบสัมมาอาชีพ เพื่อให้พึ่งตนเองได้ ให้พ้นจากความยากจนการปฏิบัติตามทฤษฎีใหม่ตามแนวพระราชดำริ เป็นตัวอย่างของการปฏิบัติตามเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งได้ช่วยให้เกษตรกรจำนวนมากมีรายได้เพิ่มสูงขึ้น มีชีวิตที่เป็นสุขตามสมควรแก่สภาพ พ้นจากการเป็นหนี้และความยากจนสามารถพึ่งตนเองได้ มีครอบครัวที่อบอุ่นและเป็นสุข

2. มิติด้านจิตใจ

เศรษฐกิจพอเพียงเน้นที่จิตใจที่รู้จักพอ คือ พอดี พอประมาณและพอใจในสิ่งที่มียินดีในสิ่งที่ได้ ไม่โลภ เศรษฐกิจพอเพียงจะต้องเริ่มที่ตัวเองโดยสร้างรากฐานทางจิตใจที่มั่นคง โดยเริ่มจากใจที่รู้จักพอ เป็นการปฏิบัติตามทางสายกลางหรือมัชฌิมาปฏิปทา

สุเมธ ดันติเวชกุล (2549) ได้เขียนไว้ในหนังสือเรื่อง “ใต้เบื้องพระยุคลบาท” ว่า เศรษฐกิจพอเพียงกล่าวโดยสรุป คือการหันกลับมายึดเส้นทางสายกลาง (มัชฌิมาปฏิปทา) ในการดำรงชีวิต โดยใช้หลักการที่พึ่งตนเอง 5 ประการ คือ

(1) ตนเองทางจิตใจ คนที่สมบูรณ์พร้อมต้องมีจิตใจที่เข้มแข็งมีจิตสำนึกว่าตนนั้นสามารถพึ่งตนเองได้ ดังนั้นจึงควรที่จะสร้างพลังผลักดันให้มีภาวะจิตใจอีกเข็มต่อสู่ชีวิตด้วยความสุจริตแม้จะไม่ประสบความสำเร็จบ้างก็ตาม มิพึงควรท้อแท้ ให้พยายามต่อไป พึงยึดพระราชดำรัส “การพัฒนาคน” ของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวว่า

...บุคคลต้องมีรากฐานทางจิตใจที่ดี คือความหนักแน่นมั่นคงในสุจริตธรรม และความมุ่งมั่นที่จะปฏิบัติหน้าที่ให้จนสำเร็จ ทั้งต้องมีกุศโลบายหรือวิธีการอันแยบยลในการปฏิบัติงาน ประกอบพร้อมกันด้วยจึงจะสัมฤทธิ์ผลดีแน่นอน และบังเกิดประโยชน์อันยั่งยืนแก่ตนเองและแผ่นดิน...

(2) พึ่งตนเองทางสังคม ควรเสริมสร้างให้แต่ละสังคมในท้องถิ่นได้ร่วมมือช่วยเหลือเกื้อกูลกัน นำความรู้ที่ได้รับมาถ่ายทอดและเผยแพร่ให้ได้รับประโยชน์ซึ่งกันและกัน ดังพระบรมราโชวาทที่ว่า “เพื่อให้งานรุดหน้าไปพร้อมเพรียงกันไม่ลดหล่น จึงขอให้ทุกคนพยายามที่จะทำงานในหน้าที่อย่างเต็มที่ และให้มีการประสานสัมพันธ์กันให้ดีเพื่อให้งานทั้งหมดเกื้อกูลสนับสนุนกัน”

(3) พึ่งตนเองได้ทางทรัพยากรธรรมชาติ คือการส่งเสริมให้มีการนำเอาศักยภาพของผู้คนในท้องถิ่นที่มีอยู่ให้เกิดประโยชน์สูงสุด ซึ่งส่งผลให้เกิดการพัฒนาประเทศอย่างดียิ่ง สิ่งดีก็คือการประยุกต์ใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่น ซึ่งมีมากมายในประเทศ

(4) พึ่งตนเองได้ทางเทคโนโลยี ควรส่งเสริมให้มีการศึกษาทดลอง ทดสอบ เพื่อให้ได้มาซึ่งเทคโนโลยีใหม่ๆ ที่สอดคล้องกับสภาพภูมิประเทศและสังคมไทย และสิ่งสำคัญสามารถนำไปใช้ปฏิบัติได้อย่างเหมาะสมซึ่งสอดคล้องกับพระราชดำรัสที่ว่า “จุดประสงค์ของศูนย์ศึกษาฯ คือ เป็นสถานที่สำหรับค้นคว้าวิจัยในท้องถิ่น เพราะว่าแต่ละท้องถิ่น สภาพฝนฟ้าอากาศและประชาชนในท้องถิ่นต่างๆ กันก็มีลักษณะแตกต่างกันมากเหมือนกัน”

(5) พึ่งตนเองในทางเศรษฐกิจ หมายถึงสามารถอยู่ได้ด้วยตนเองในระดับเบื้องต้น กล่าวคือแม้ไม่มีเงินก็ยังมีข้าว ปลา ผัก ผลไม้ ในท้องถิ่นของตนเองเพื่อการยังชีพและสามารถนำไปสู่การพัฒนาเศรษฐกิจของประเทศในระดับมหภาคต่อไปได้ด้วย

3. มิติด้านสังคม

เศรษฐกิจพอเพียงมุ่งให้เกิดสังคมที่มีความสุขสงบ ประชาชนมีความเมตตาเอื้ออาทรช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ไม่ใช่ต่างคนต่างอยู่ มุ่งให้เกิดความสามัคคีร่วมมือกัน เพื่อให้ทุกคนอยู่ร่วมกันได้โดยปราศจากการเบียดเบียนกัน การเอาัดเอาเปรียบกัน การมุ่งร้ายทำลายกัน

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวได้พระราชทานพระบรมราโชวาทแก่สภายุวพุทธิกสมาคมแห่งชาติ ในพระบรมราชูปถัมภ์ เพื่ออัญเชิญไปอ่านในพิธีเปิดการประชุมยุวพุทธิกสมาคมทั่วประเทศครั้งที่ 18 ในวันที่ 18 มกราคม 2530 มีข้อความที่สำคัญดังนี้

...การสร้างสรรค์แผ่นดินไทยให้เป็นแผ่นดินทอง หรือการช่วยตัวเองในปัจจุบันนี้เห็นว่าจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องทำความสงบให้เกิดขึ้นก่อนโดยเร็ว เพราะถ้าความสงบยังไม่เกิดเราจะคิดอ่านแก้ปัญหาหรือจะรวมกำลังกันทำการงานช่วยตัวเองไม่ได้ ความสงบนั้นภายนอกได้แก่ สถานการณ์อันเรียบร้อยเป็นปกติ ไม่มีวุ่นวายขัดแย้ง ไม่มีการเอารัดเอาเปรียบเบียดเบียนหรือมุ่งร้ายทำลายกันภายใน ได้แก่ความคิดจิตใจที่ไม่ฟุ้งซ่านหวั่นไหวหรือเดือดร้อนกระวนกระวายด้วยอำนาจความมักไม่เห็นแก่ตัว ความร้ายกาจเพ่งโทษ ความหลงใหลห่อเหิมอันเป็นต้นเหตุของอกุศลทุจริตทั้งหมดการทำความสงบนั้นต้องเริ่มที่ภายในตัวในใจก่อน...

4. มิติด้านวัฒนธรรม

หมายถึงวิถีชีวิต ของประชาชนเศรษฐกิจพอเพียงมุ่งให้เกิดวัฒนธรรมหรือวิถีชีวิตที่ประหยัดคอดออม มีชีวิตที่เรียบง่าย ไม่ฟุ้งเฟ้อ ฟุ่มเฟือย ไม่ตกเป็นทาสของวัตถุนิยมและบริโภคนิยม ซึ่งทำให้เกิดการเป็นหนี้เป็นสิน เกิดการทุจริตคอร์รัปชัน เป็นปัญหาสังคมที่ร้ายแรงที่สุดปัญหาหนึ่งที่ย้อนทำลายความมั่นคงของชาติ

สาเหตุประการหนึ่งของความยากจนคือการขาดการประหยัดและอดออม ใช้เงินเกินกว่ารายได้ ใช้จ่ายเงินซื้อเครื่องอุปโภคบริโภคที่เกินจำเป็น ใช้จ่ายเงินเพื่อการเที่ยวเตร่และความสนุกสนานที่เกินขอบเขต

คนไทยมักจะชอบแข่งขันในการใช้สินค้าที่มียี่ห้อราคาแพงทำให้ใช้จ่ายอย่างสุรุ่ยสุร่ายฟุ่มเฟือยเกินฐานะ ตามคำกล่าวที่ว่า “มีรายน้อยแต่มีรสนิยมสูง” เมื่อรายได้ไม่พอก็กู้หนี้ยืมสิน หรือซื้อสินค้าเงินผ่อนทำให้ต้องมีหนี้สิน จำนวนหนี้สินได้เพิ่มพูนขึ้นเรื่อยๆ บางคนไม่มีเงินชำระหนี้ก็ต้องหาทางออกโดยการฆ่าตัวตาย

ในทางเศรษฐกิจ เงินออม ของประชาชนถือเป็นปัจจัยสำคัญในการพัฒนาประเทศ ประเทศที่มีเงินออมสูง ก็ไม่จำเป็นต้องไปกู้ยืมเงินจากต่างประเทศมาใช้สามารถที่จะให้ประเทศอื่น กู้ยืมเงินได้ส่วนประเทศที่มีเงินออมต่ำหรือไม่มีเงินออม ก็จะต้องกู้เงินจากต่างประเทศมาใช้ หากกู้ และเป็นหนี้มากเกินไปก็จะทำให้กระทบกระเทือนต่อฐานะทางเศรษฐกิจและการเงินของประเทศ เช่น การที่ประเทศไทยต้องกู้ยืมเงินจากต่างประเทศเป็นจำนวนถึง 90,000 ล้านดอลลาร์สหรัฐอเมริกา ในกลางปี 2540 (สมพร เทพสิทธา, 2549) เป็นเหตุหนึ่งที่ทำให้ประเทศไทยต้องประสบภาวะวิกฤตทางเศรษฐกิจและการเงินอย่างรุนแรง

คนที่มีเงินออมจะต้องเป็นคนที่มีประหยัด ใช้จ่ายน้อยกว่ารายได้ คนที่ไม่ควบคุมการใช้จ่าย มีนิสัยฟุ้งเฟ้อฟุ่มเฟือย เห็นคนอื่นมียากมีบ้างทั้งที่ฐานะทางการเงินไม่อำนวยให้ จะพยายามหาเงินมาไม่ว่าจะในทางสุจริตหรือทุจริตไม่ว่าโดยชอบธรรมหรือไม่ชอบธรรม

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวได้พระราชทานพระบรมราโชวาทเกี่ยวกับความฟุ้งเฟ้อมีข้อความที่สำคัญดังนี้ (สมพร เทพสิทธา, 2549)

“ความฟุ้งเฟ้อทำให้เกิดความไม่พอ คนเราฟุ้งเฟ้อก็ไม่มีทางที่จะหาทรัพย์มาป้อนความฟุ้งเฟ้อได้ ความฟุ้งเฟ้อเป็นปากที่หิวไม่หยุด เป็นปากที่หิวตลอดเวลา ป้อนเท่าไรก็ไม่พอ หาเท่าไรก็ไม่พอ ฉะนั้นจะต้องหาทางป้องกันวิธีที่จะนำมาป้อนความฟุ้งเฟ้อซึ่งก็คือการทุจริต”

กล่าวโดยสรุป การมีวัฒนธรรมหรือวิถีชีวิตเศรษฐกิจพอเพียงมีข้อปฏิบัติที่สำคัญดังนี้

- (1) มีชีวิตที่เรียบง่าย ประหยัด ไม่ฟุ้งเฟ้อฟุ่มเฟือย
- (2) ให้อึดถือทางสายกลาง รู้จักพอ พอดี พอประมาณและพอใจ
- (3) มีความเมตตาเอื้ออาทรต่อกัน ร่วมมือและช่วยเหลือกันไม่เบียดเบียนกัน ไม่เอาัดเอาเปรียบกัน ไม่มุ่งร้ายทำลายกัน
- (4) ประกอบสัมมาอาชีพด้วยความขยันหมั่นเพียร ซื่อสัตย์สุจริตใฝ่หาความรู้เพื่อนำมาใช้ให้เป็นประโยชน์

(5) ให้สามารถพึ่งตนเองได้ ให้พ้นจากความยากจน ให้สามารถพอกู้พอกิน ไม่เดือดร้อน ไม่ตกเป็นทาสของอบายมุข วัตถุนิยมและบริโภคนิยม

แนวคิดเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง

“การกู้เงินที่นำมาใช้ในสิ่งที่ไม่ทำรายได้นั้นไม่ดี อันนี้เป็นข้อสำคัญเพราะว่าถ้ากู้เงินและทำให้มีรายได้ก็เท่ากับทำให้ใช้หนี้ได้ไม่ต้องคิดหนี้ไม่ต้องเดือดร้อน ไม่ต้องเสียเกียรติ” (อรสุดา เจริญรัต, 2552)

การมีความสุขในชีวิตของคนแต่ละบุคคลไม่ใช่เรื่องที่ไม่สามารถกระทำได้ แต่ละบุคคลสามารถมีความสุขในวิถีทางหรือการดำเนินชีวิตที่แตกต่างกันทั้งนั้น แต่ถ้าบุคคลใดมีการดำเนินชีวิตที่ไม่เหมาะสมหรือเลือกใช้ชีวิตผิดในการดำเนินชีวิต ซึ่งเป็นแนวทางการสร้างความสุขให้กับชีวิตนั้น บุคคลนั้นก็อาจจะหลงทางหรือไม่อาจจะพบกับความสุขในชีวิตได้เลย โดยเฉพาะผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นผู้ที่เป็นวัยที่กำลังโรยรา เป็นผู้ที่อยู่ในบ้านปลายของชีวิต ยิ่งเป็นผู้ที่สมควรจะได้รับความสุขในชีวิตมาก การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงตามพระราชดำริของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว จึงเป็นแนวทางหนึ่ง ที่ควรนำมาทำความเข้าใจและปฏิบัติในชีวิตประจำวัน

การปฏิบัติตนตามแนวทางเศรษฐกิจแบบพอเพียง (มูลนิธิชัยพัฒนา, 2550)

1. ยึดความประหยัด ตัดทอนค่าใช้จ่ายในทุกด้าน ลดละความฟุ่มเฟือยในการดำรงชีพอย่างจริงจัง ดังพระราชดำรัสว่า “ ความเป็นอยู่ที่ดีต้องไม่ฟุ้งเฟ้อ ต้องประหยัดไปในทางที่ถูกต้อง ”
2. ยึดถือการประกอบอาชีพด้วยความถูกต้อง สุจริต แม้จะตกอยู่ในภาวะขาดแคลนในการดำรงชีพก็ตาม ดังพระราชดำรัสที่ว่า “ ความเจริญของคนทั้งหลายย่อมเกิดมาจากการประพฤติชอบ และการหาเลี้ยงชีพของตนเป็นหลักสำคัญ ”
3. ละเลิกการแก่งแย่งผลประโยชน์และแข่งขันกันในทางการค้าขายประกอบอาชีพแบบต่อสู้กันอย่างรุนแรงดังอดีต ซึ่งมีพระราชดำรัสเรื่องนี้ว่า “ความสุขความเจริญอันแท้จริงนั้น หมายถึงความสุขความเจริญที่บุคคลแสวงหามาได้ด้วยความเป็นธรรมทั้งในเจตนาและการกระทำ ไม่ใช่ได้มาด้วยความบังเอิญหรือด้วยการแก่งแย่งเบียดบังมาจากผู้อื่น”

4. ไม่หยุดนิ่งที่จะหาทางให้ชีวิตหลุดพ้นจากความทุกข์ยากครั้งนี้ โดยต้องขวนขวายใฝ่หาความรู้ให้เกิดมีรายได้เพิ่มพูนขึ้นจนถึงขั้นพอเพียงเป็นเป้าหมายสำคัญ พระราชดำรัสตอนหนึ่งที่ทำให้ความชัดเจนว่า “ การที่ต้องการให้ทุกคนพยายามที่จะหาความรู้ และสร้างตนเองให้มั่นคงนี้เพื่อตนเอง เพื่อที่จะให้ตัวเองมีความเป็นอยู่ที่ก้าวหน้าที่มีความสุข พอมีพอกินเป็นขั้นหนึ่ง และขั้นต่อไป ก็คือให้มีเกียรติว่ายืนได้ด้วยตัวเอง ”

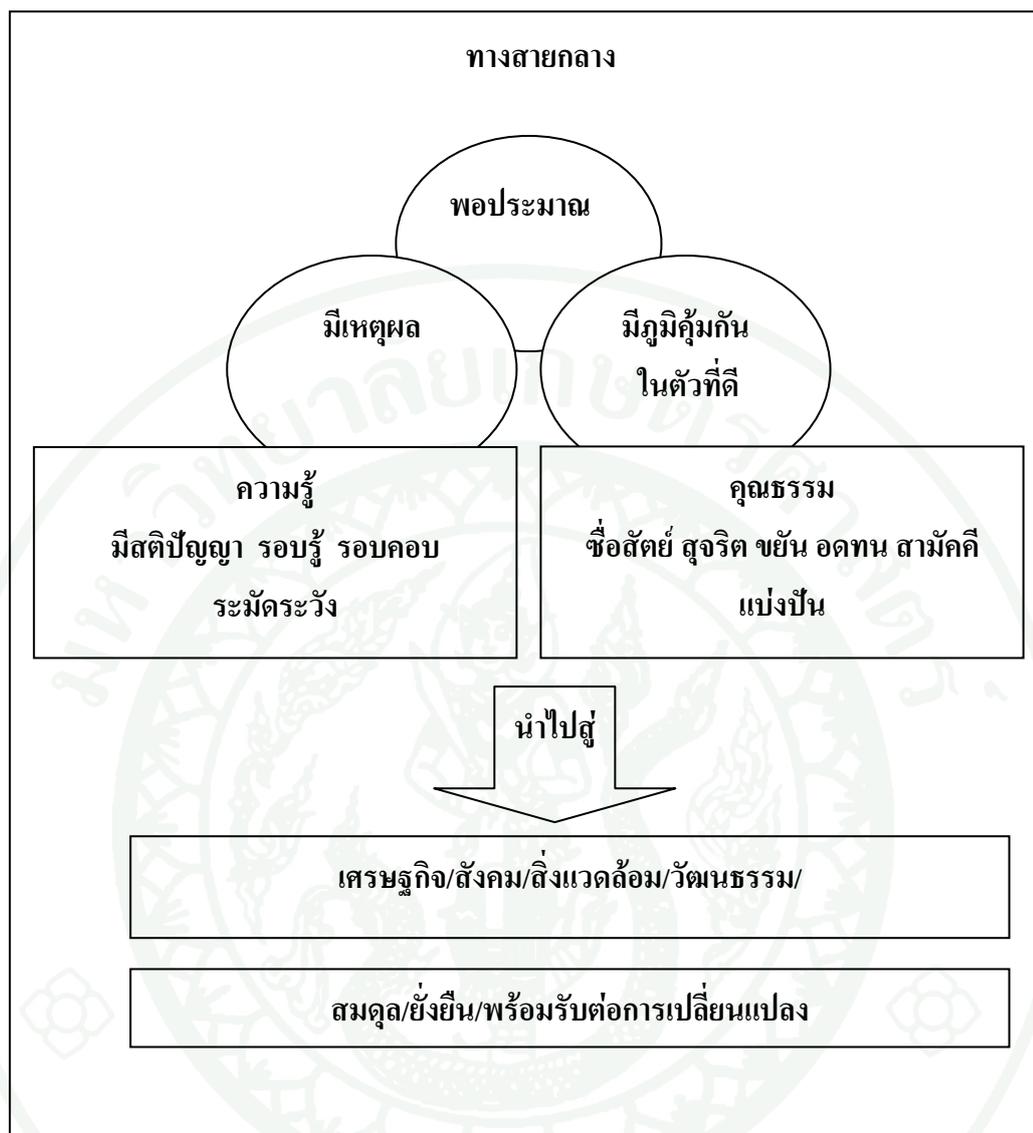
5. ปฏิบัติตนในแนวทางที่คิดละสิ่งชั่วกิเลสให้หมดสิ้นไป ทั้งนี้ด้วยสังคมไทยที่ล่มสลายลงในครั้งนี้ เพราะยังมีบุคคลจำนวนมากมิใช่น้อยที่ดำเนินการโดยปราศจากละอายต่อแผ่นดินพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวได้พระราชทานพระราโชวาทว่า “พยายามไม่ก่อความชั่วให้เป็นเครื่องทำลายตัว ทำลายผู้อื่น พยายามลด พยายามละความชั่วที่ตัวเองมีอยู่ พยายามก่อความดีให้แก่ตัวเองอยู่เสมอ พยายามรักษา และเพิ่มพูนความดีที่มีอยู่นั้นในห้วงกงามสมบูรณ์ขึ้น”

ทรงย้ำเน้นว่าคำสำคัญที่สุดคือ คำว่า "พอ" ต้องสร้างความพอที่สมเหตุสมผลให้กับตัวเองให้ได้และเราก็จะพบกับความสุข

คณะอนุกรรมการขับเคลื่อนเศรษฐกิจพอเพียง (2547) กล่าวว่า การจะนำเศรษฐกิจพอเพียงไปประยุกต์ใช้ให้ได้ผลในการดำเนินชีวิต จำเป็นต้องเริ่มต้นจากการมีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องว่าเศรษฐกิจพอเพียงหมายถึงอะไร และมีหลักการสำคัญอะไรบ้างที่จะนำไปใช้เป็นแนวทางในภาคปฏิบัติ ตลอดจนเห็นถึงประโยชน์จากการที่จะนำเศรษฐกิจพอเพียงไปประยุกต์ใช้ จึงจะเกิดความสนใจที่จะทดลองนำปรัชญาไปใช้ในการดำเนินชีวิต และหลังจากที่มีความเข้าใจอย่างถูกต้องแล้วก็จำเป็นต้องทดลองนำมาประยุกต์ใช้กับตนเองทั้งในชีวิตประจำวันและการดำเนินชีวิตต่างๆ ร่วมกับผู้อื่น โดยคำนึงถึงการพึ่งตนเองเป็นเบื้องต้น การกระทำอะไรที่ไม่สุดโต่งไปข้างใดข้างหนึ่ง การใช้เหตุผลเป็นพื้นฐานในการตัดสินใจและการกระทำต่างๆ การสร้างภูมิคุ้มกันที่ดีในด้านต่างๆ เพื่อพร้อมรับการเปลี่ยนแปลง และไม่ทำอะไรที่เสี่ยงจนเกินไป จนทำให้ตนเองหรือคนรอบข้างเดือดร้อนในภายหลังการใฝ่รู้อย่างต่อเนื่องและใช้ความรู้ด้วยความรอบคอบและระมัดระวัง ความซื่อสัตย์ ความไม่โลภความรู้จักพอ ความขยันหมั่นเพียร การไม่เบียดเบียนกัน การรู้จักแบ่งปัน และช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

ดังนั้นจึงสรุปได้ว่า การที่ปรัชญาได้รับการยอมรับทั้งในแง่กรอบความคิดและการปฏิบัติในสังคมไทยอย่างกว้างขวาง เป็นเพราะมาจากประสบการณ์ที่เป็นจริงของการพัฒนาทั่วทุกพื้นที่ ปรัชญานี้มาจากการก่อกองพระบรมราชาชาวัตันมีพื้นฐานจากพระราชกรณียกิจ และการดำเนินงานโครงการหลวง ที่พระองค์ท่านได้ทรงพัฒนาในภูมิสังคมต่างๆ ทั่วประเทศ จึงเป็นประสบการณ์ที่แท้จริงของประชาชนส่วนใหญ่ การพัฒนาให้ความสำคัญที่มุ่งไปสู่คน พัฒนาความเป็นอยู่ของปัจเจกชนในครอบครัว และชุมชน มิใช่เป็นการมองเฉพาะในระดับมหภาค ส่งเสริมให้ประชาชนสามารถกำหนดวิถีชีวิตของตนเอง เช่น ความสามารถในการในการจัดการทรัพยากรน้ำ โดยลดการพึ่งพิงเฉพาะเพิ่มความสามารถที่จะรับความผันผวนจากตลาด ทั้งยังเน้นการเป็นตัวของตัวเอง และความพออยู่พอกินของคนส่วนใหญ่ ตัวอย่างที่ชัดเจน จะเห็นได้จากทฤษฎีใหม่ ที่เป็นการพัฒนาการเกษตรที่พึ่งตนเองและเป็นลำดับขั้นในพื้นที่ที่มีความเหมาะสม

ดังนั้นเศรษฐกิจพอเพียงจึงเป็นแนวทางที่มุ่งให้ดำรงอยู่ในวิถีชีวิตที่พอดี พออยู่พอกิน พอใช้ไม่ให้เกิดร้อนทั้งตัวเองและผู้อื่น โดยที่จะต้องสร้างพื้นฐานแก่ตัวเองให้ดีเสียก่อน ไม่มุ่งหวังความเจริญแต่เพียงอย่างเดียว ตั้งอยู่ในทางสายกลางมีความระมัดระวังในการดำเนินชีวิต อดทน ขยันหมั่นเพียร ประกอบอาชีพสุจริต รู้จักใช้ทรัพยากรให้เกิดประโยชน์สูงสุด รู้จักประมาณตนเองและดำรงชีวิตอย่าง คิด อยู่ ใช้ กิน อย่างมีเหตุมีผล อาศัยตนเป็นที่พึ่งแห่งตนพึ่งตนเอง ให้ความสำคัญกับการรวมกลุ่มในชุมชนและดำรงชีวิตให้ตั้งอยู่บนพื้นฐานของความเมตตา ความเอื้ออาทร และความสามัคคีของสมาชิกในชุมชนและหากจะสรุปโครงสร้างของปรัชญาให้ชัดเจนขึ้นสามารถแสดงได้ในภาพที่ 1



ภาพที่ 1 โครงสร้างของปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

ที่มา: คณะอนุกรรมการเศรษฐกิจพอเพียง (2548)

แนวคิดเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงกับคุณภาพชีวิต

ทฤษฎีคุณภาพชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

อัจฉรา นวจินดา (2549) สรุปได้ว่า ทฤษฎีคุณภาพชีวิตมีพื้นฐานจากทฤษฎี Hierarchy Needs ของ มาสโลว์ และ Hierarchy Human Needs and Quality of Life ของชาร์มา ที่พัฒนาเป็นกรอบการศึกษาเชิงประจักษ์โครงการวิจัย 7 เรื่อง จนสามารถสรุปเป็นทฤษฎีคุณภาพชีวิต ได้ดังนี้

“ทฤษฎีคุณภาพชีวิตของบุคคลคือความพึงพอใจของบุคคลที่เกิดจากการได้รับการตอบสนองต่อสิ่งที่เป็นประโยชน์ตามความต้องการของร่างกายและจิตใจและการมีส่วนร่วมในการพัฒนาสถานะแวดล้อมด้านเศรษฐกิจและสังคมอย่างพอเพียงจนก่อให้เกิดการมีสภาวะสุขภาพกายและสุขภาพจิตดี”

ทฤษฎีคุณภาพชีวิตบุคคล

กรอบการศึกษาเชิงทฤษฎี ทฤษฎีคุณภาพชีวิตบุคคลพัฒนาจากผลงานของนักปรัชญา 2 คนคือ มาสโลว์ และชาร์มา โดยมีกรอบแนวคิดการศึกษาดังนี้คือ (อัจฉรา นวจินดา, 2549)

“ชีวิต” ประกอบด้วย “ร่างกาย” และ “จิตใจ” ชีวิตจะเจริญเติบโตได้ด้วยมีปัจจัยมาหล่อเลี้ยงทั้งร่างกายและจิตใจ มาสโลว์ได้เสนอทฤษฎี Maslow’s Hierarchy Needs แสดงให้เห็นว่ามนุษย์จะมีความต้องการเป็นแรงผลักดันหรือเป็นแรงจูงใจอยู่ภายในที่จะใช้พลังความรู้ความสามารถเพื่อนำตนเองไปสู่จุดมุ่งหมายตามความต้องการนั้นและมาสโลว์ได้ ลำดับขั้นของความต้องการ 5 ระดับที่ก่อให้เกิดแรงจูงใจที่ละชั้นจากระดับต่ำสู่ระดับสูงให้เกิดการปฏิบัติเพื่อให้ได้รับหรือสนองความต้องการ ตามลำดับ คือ

ระดับ 1 ความต้องการพื้นฐานด้านร่างกาย เป็นความต้องการปัจจัยที่จำเป็นต่อการอยู่รอดของชีวิตด้านร่างกาย ขาดไม่ได้ ได้แก่ความต้องการในปัจจัยสี่ คือ อาหาร ที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม และยารักษาโรคการได้รับการตอบสนองต่อสิ่งที่ต้องการด้านปัจจัยสี่ และที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกายจะทำให้เกิดสุขภาพกายดี

ระดับ 2 ความต้องการความปลอดภัยมั่นคงทั้งร่างกายและจิตใจ ได้แก่ การที่ร่างกายและจิตใจ ไม่ต้องเผชิญหรือหวั่นไหวหากระแวงต่ออันตรายหรือความไม่แน่นอนที่ไม่พึงปรารถนา จากสภาพแวดล้อมหรือจากกิจกรรมการดำเนินชีวิต ทำให้สุขภาพจิตดี

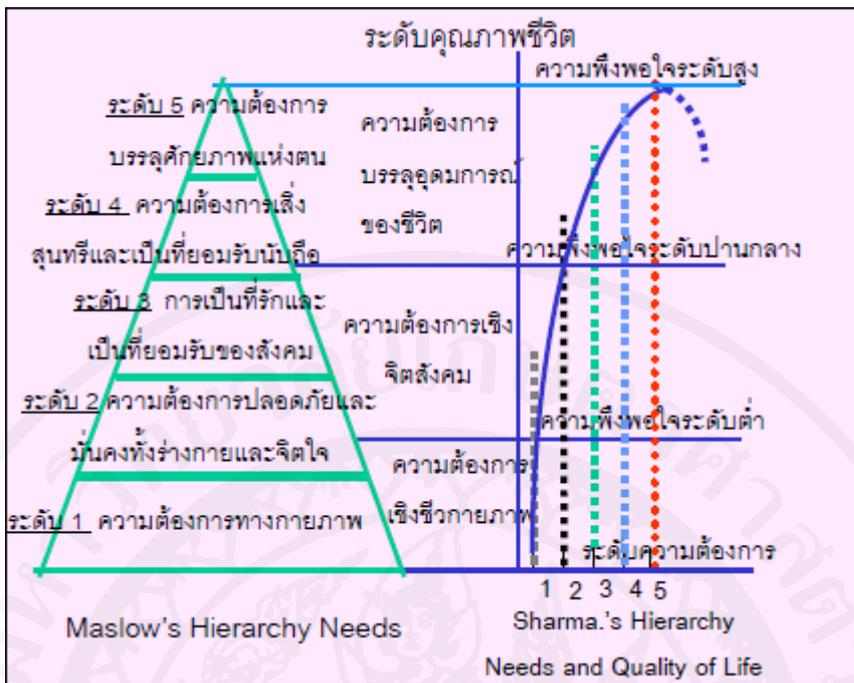
ระดับ 3 ความต้องการความรัก ความเป็นที่ยอมรับของสังคม ได้แก่ความต้องการที่จะได้เป็นทั้งผู้ให้และผู้รับในปัจจัยที่พึงพอใจ และนำมาซึ่งการมีสุขภาพจิตดี

ระดับ 4 ความต้องการความนับถือและความต้องการความสุนทรีย์ เป็นความต้องการที่จะได้รับการเห็นคุณค่าของตน (คือความนับถือ) หรือได้เห็นคุณค่าของสิ่งอื่น (ความงามของธรรมชาติ หรือความไพเราะของบทเพลงหรือบทกวี) ทำให้สุขภาพจิตดี

ระดับ 5 ความต้องการบรรลุศักยภาพแห่งตน เป็นความต้องการที่จะบรรลุความสามารถของบุคคลตามที่ตนตระหนักในศักยภาพ ดังนั้นการที่บุคคลสมประสงค์ในความสามารถของตนในเรื่องต่างๆ ทำให้สุขภาพจิตของบุคคลดี

Sharma (1988) ได้เสนอ Sharma's Hierarchy Human Needs and Quality of Life ที่มีระดับความพึงพอใจ เป็นดัชนีวัดระดับคุณภาพชีวิต โดยแบ่งระดับตามการได้รับการตอบสนองต่อสิ่งที่ต้องการ 3 ประเภทคือ ระดับหนึ่งได้แก่ ความต้องการเชิงชีวกายภาพ ระดับสองคือ ความต้องการเชิงจิตสังคม และระดับสามคือ ความต้องการบรรลุอุดมการณ์ของชีวิต ถ้าบุคคลได้รับสิ่งที่ต้องการระดับหนึ่ง ระดับสองและระดับสาม ก็จะเกิดความพึงพอใจระดับต่ำ ระดับกลางและระดับสูง ตามลำดับ และความพึงพอใจ จะสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต ระดับหนึ่ง ระดับสองและระดับสามด้วยตามลำดับเช่นกัน

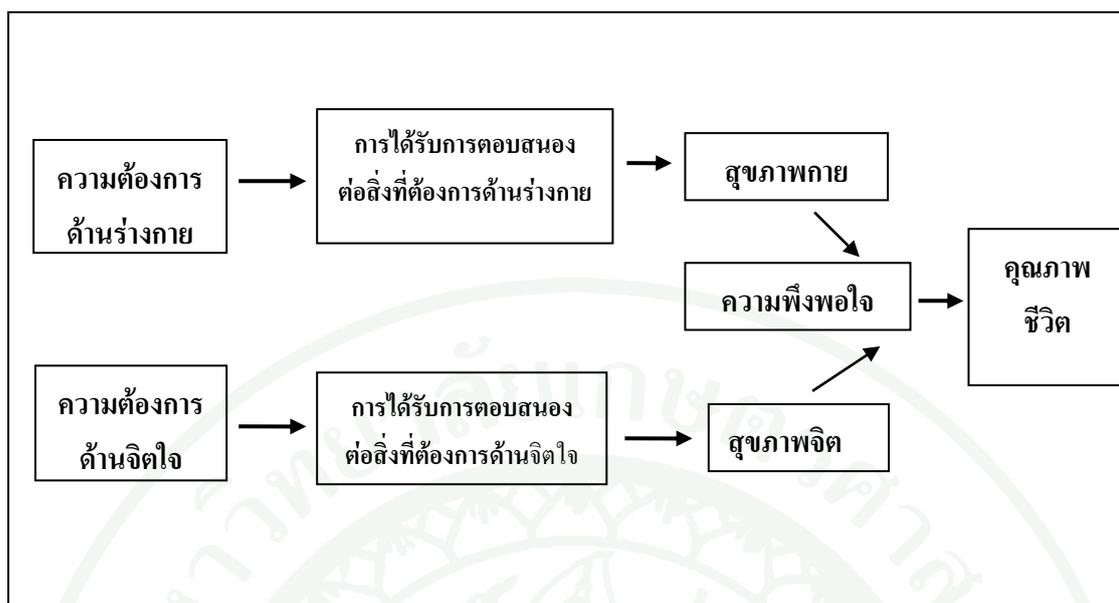
เมื่อนำทฤษฎี Maslow's Hierarchy Needs และ Sharma's Hierarchy Human Needs and Quality of Life มาสัมพันธ์กัน จะได้รูปแบบกรอบแนวคิดเชิงทฤษฎีคุณภาพชีวิต ดังนี้



ภาพที่ 2 กรอบแนวคิดเชิงทฤษฎีแสดงความสัมพันธ์ระหว่างทฤษฎี Maslow's Hierarchy Needs กับทฤษฎี Sharma's Hierarchy Needs and Quality of Life
ที่มา: อัจฉรา นวจินดา (2549)

คุณภาพชีวิตตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

อัจฉรา นวจินดา (2548ก) กล่าวถึงทฤษฎีคุณภาพชีวิตว่า คุณภาพชีวิตของบุคคลเกิดจากความพึงพอใจที่บุคคลได้รับการตอบสนองต่อสิ่งที่ต้องการ ทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจและการได้มีส่วนร่วมในการพัฒนาสถานะแวดล้อมทางเศรษฐกิจและสังคม จนก่อให้เกิดการมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี และได้อธิบายความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบและดัชนีชี้วัดคุณภาพชีวิต ความสัมพันธ์ของความต้องการ สุขภาพและคุณภาพชีวิตว่า ธรรมชาติจะก่อให้เกิดความต้องการด้านร่างกายและจิตใจเพื่อการดำรงชีวิตของมนุษย์ ธรรมชาติจะกระตุ้นมนุษย์ให้มีแรงจูงใจที่จะกระทำกิจกรรมเพื่อให้ได้มาซึ่งสิ่งที่ร่างกายและจิตใจต้องการ ถ้าบุคคลได้รับการตอบสนองต่อสิ่งที่เป็นประโยชน์ที่ร่างกายและจิตใจต้องการอย่างเพียงพอ รวมทั้งมีส่วนร่วมในการพัฒนาสถานะแวดล้อมทางเศรษฐกิจและสังคม จะช่วยเสริมสร้างให้บุคคลนั้นเป็นผู้ที่มีสุขภาพกายดีและสุขภาพจิตดี เมื่อนั้นความพึงพอใจในชีวิตจะบังเกิดขึ้นและจะเป็นสื่อให้บุคคลรู้สึกว่าคุณภาพชีวิตที่ดี แสดงในภาพที่ 3



ภาพที่ 3 ความสัมพันธ์ระหว่างความต้องการ สุขภาพ การมีส่วนร่วมในการพัฒนาสภาวะแวดล้อมทางเศรษฐกิจและสังคมกับคุณภาพชีวิต

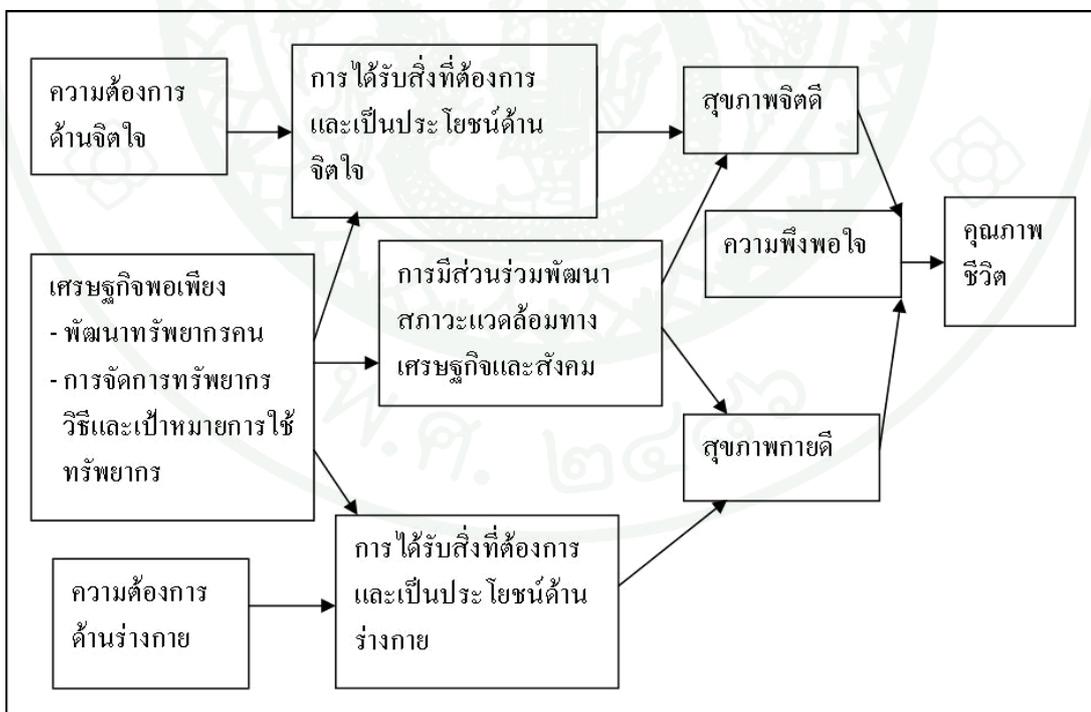
ที่มา: อัจฉรา นวจินดา (2548 ก)

ความต้องการทางร่างกายและจิตใจ เป็นแรงผลักดันให้มนุษย์มีพฤติกรรมสนองการได้มาของสิ่งที่ต้องการ ซึ่ง Maslow (1954 อ้างใน อัจฉรา นวจินดา, 2548ข) มีความเชื่อว่าโดยธรรมชาติแล้วมนุษย์จะมีความต้องการเป็นแรงผลักดัน หรือแรงจูงใจอยู่ภายในที่จะใช้พลังความรู้ความสามารถเพื่อนำตนเองไปสู่จุดมุ่งหมายที่ต้องการ และได้เสนอทฤษฎีแรงจูงใจตามความต้องการของมนุษย์ โดยแบ่งความต้องการของมนุษย์ เป็น 5 ระดับขึ้นจากระดับต่ำไปสูงตามลำดับ ดังที่กล่าวไว้แล้วข้างต้น

ทฤษฎีการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง หลักเศรษฐกิจพอเพียงเป็นวิธีการจัดการทรัพยากรที่นำไปสู่ความพอเพียงแก่การได้รับทรัพยากรเพื่อการดำรงชีวิตอย่างมีคุณภาพของมนุษย์ โดยการจัดการทรัพยากรทั้งที่เป็นปัจจัย 4 ทรัพยากรในครอบครัวและชุมชนทางด้านเศรษฐกิจ สังคม และอื่นๆที่เป็นรูปธรรมและนามธรรม โดยกระบวนการจัดการแบบพึ่งพาตนเอง ร่วมมือกันในชุมชน และร่วมมือกันเป็นเครือข่าย รวมทั้งหลักการพัฒนาคนให้มีพื้นฐานทางจิตใจ มีหลักในการดำเนินชีวิต มีภูมิคุ้มกันในการดำรงชีวิต และหลักการใช้ทรัพยากรด้วยความพอเพียง (การบริโภคและการผลิตอยู่บนพื้นฐานของความพอประมาณ และมีเหตุผล ไม่ขัดสนแต่ไม่ฟุ้งเฟ้อ) มีความสมดุล (ระหว่างสภาวะแวดล้อมด้านเศรษฐกิจและสังคมทั้งระดับจุลภาค

และมหภาค) และมีความยั่งยืน (การใช้ทรัพยากรที่คำนึงถึงความคงอยู่ของทรัพยากรทั้งที่เป็นธรรมชาติ เศรษฐกิจและสังคมวัฒนธรรมที่อาจได้รับผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงของกระแสโลกาภิวัตน์) มีความสัมพันธ์กับสิ่งบ่งชี้ความมีคุณภาพชีวิต เพราะเป็นหลักการที่นำไปสู่การตอบสนองสิ่งจำเป็นและสิ่งที่ต้องการของมนุษย์ทั้งด้านร่างกายและจิตใจตามแนวคิดของ Maslow การได้รับการตอบสนองอย่างพอเพียงย่อมนำมาซึ่งความมีสุขภาพกายดี สุขภาพจิตดี การมีส่วนร่วมในการพัฒนาสถานะแวดล้อมด้านเศรษฐกิจและสังคมก่อให้เกิดความพึงพอใจในชีวิต และมีความคุณภาพชีวิตได้

ดังนั้น จึงสรุปเป็นทฤษฎีคุณภาพชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงว่าคือ “การพัฒนาคนให้มีคุณธรรม มีเหตุผล และมีภูมิคุ้มกันเพื่อให้สามารถจัดการทรัพยากรในการดำรงชีวิตโดยกระบวนการพึ่งพาตนเอง พึ่งพาชุมชน และพึ่งพาเครือข่ายที่เกี่ยวข้อง ได้อย่างพอประมาณ เกิดความสมดุลและยั่งยืนของทรัพยากร จนก่อให้เกิดปัจจัยและความพอเพียงแก่การดำรงชีวิตอย่างมีสุขภาพกายดี สุขภาพจิตดี และมีความพึงพอใจในชีวิต (อัจฉรา นวจินดา และวรรณวิมล ค้วงกลัด, 2549) ดังภาพที่ 4



ภาพที่ 4 กรอบแนวคิดเชิงทฤษฎีการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง
ที่มา: อัจฉรา นวจินดา และวรรณวิมล ค้วงกลัด (2549)

อัจฉรา นวจินดา (2549) ได้สรุปทฤษฎีคุณภาพชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงว่า มีคุณสมบัติของการเป็นทฤษฎี คือ เป็นชุดของแนวคิดที่สัมพันธ์กันอย่างเป็นระบบและที่สามารถทำการทดสอบได้ด้วยการศึกษาเชิงประจักษ์ โดยมีองค์ประกอบหลักคือ แนวคิดที่สื่อถึงความสัมพันธ์ของการพัฒนาทรัพยากรคนให้เป็นผู้มีเหตุมีผล มีความรอบรู้ที่เป็นภูมิคุ้มกันให้จัดการทรัพยากรอย่างพอประมาณ สมดุลกับสถานะต่างๆ และคงความยั่งยืนของทรัพยากรนั้นให้เพียงพอแก่การสนองความต้องการที่เป็นประโยชน์ต่อบุคคลทั้งร่างกายและจิตใจ ทำให้เกิดการมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตดีมีความพึงพอใจในชีวิต มุมมองของทฤษฎีสามารถประยุกต์การใช้ทรัพยากรได้กับบุคคลหลากหลายสถานภาพและสถานะ เช่น เด็ก ผู้ใหญ่ นักธุรกิจ หรือเกษตรกร เป็นต้น สามารถกำหนดสมมติฐาน ได้ว่าบุคคลที่มีการปฏิบัติตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงแตกต่างกันย่อมมีระดับคุณภาพชีวิตแตกต่างกัน ทฤษฎีมีหลักการทั่วไป เช่น ทรัพยากรตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงอาจเป็นอะไรก็ได้ที่ก่อให้เกิดประโยชน์แก่การดำรงชีวิต และบุคคลตามทฤษฎีก็สามารถเป็นได้ทั้งเพศชาย หญิง เด็ก ผู้ใหญ่ ผู้สูงอายุ พ่อค้า ข้าราชการ และเกษตรกร เป็นต้น คำอธิบายของทฤษฎีก็เป็นชุดของข้อความที่ขยายแนวคิดหรือสมมติฐานให้พุ่งไปสู่ความเป็นจริงของเรื่องนั้น ซึ่งปฏิบัติเมื่อใดก็เป็นจริงตามนั้น เช่น ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงให้แนวทางจัดการทรัพยากรเพื่อการดำรงชีวิตของบุคคลทุกสถานภาพ ซึ่งผลที่ตามมาคือความพึงพอใจของบุคคลที่บ่งชี้ความมีคุณภาพชีวิตและทฤษฎีนี้มีประวัติของการพัฒนาในเรื่องที่เกี่ยวข้องยาวนานไม่น้อยกว่า 30 ปี จะยังคงมีแนวคิดใหม่ๆ ที่สามารถแก้ปัญหาใหม่ๆ และกำหนดเป็นทฤษฎีใหม่ได้ต่อไปอีกในอนาคต

เอกสารและผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาครั้งนี้ได้ศึกษารวบรวมแนวความคิด ทฤษฎี และผลงานวิจัยในส่วนที่เกี่ยวข้องกับเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงกับคุณภาพชีวิตของประชาชนตำบลสุโสะ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง ซึ่งมีปัจจัยปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส จำนวนสมาชิกครัวเรือน การได้รับข้อมูลข่าวสาร รายได้ รายจ่าย อาชีพ และหลักการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง อันเป็นหัวใจสำคัญของหลักการเศรษฐกิจพอเพียงที่ประกอบด้วย ความพอประมาณ ความมีเหตุผล การมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี การมีความรู้ และการมีคุณธรรม โดยมีงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยต่างๆดังกล่าว ดังนี้

เพศ เป็นปัจจัยหนึ่งที่มีสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต โดยเป็นตัวกำหนดบทบาทและบุคลิกภาพของคนในสังคม เป็นสิ่งที่แสดงถึงค่านิยมของบุคคลที่บ่งบอกถึงคุณภาพชีวิต พลัง อำนาจ และความสามารถตามธรรมชาติของมนุษย์ ตามปัจจัยกรรมพันธุ์และสังคมวัฒนธรรม (Orem, 1995) โดยจากการตรวจเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ สุภา แก้วบริสุทธิ (2547) ได้ศึกษาเรื่อง “ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตเกษตรกรชาวสวนยางพารา จังหวัดสงขลา” ผลการศึกษาพบว่า เพศชายรับรู้ถึงคุณภาพชีวิตดีกว่าเพศหญิง

สันสกฤต มณีโมไนย (2551) ได้ศึกษาเรื่อง “ความรู้ ความเข้าใจและการนำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงไปใช้ในการ ดำเนินชีวิต: ศึกษาระณี นักศึกษาปริญญาโท ภาคพิเศษ คณะพัฒนาสังคมและสิ่งแวดล้อม สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์” ผลการศึกษาพบว่า เพศเป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการนำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงไปใช้ในการดำเนินชีวิตของกลุ่มตัวอย่าง

อายุ เป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต เพราะอายุจะสัมพันธ์โดยตรงกับพัฒนาการและระดับวุฒิภาวะ มีข้อสันนิษฐานว่าผู้ที่มีอายุมากจะมีประสบการณ์ชีวิตมากขึ้นตามลำดับ ซึ่งประสบการณ์ชีวิตจะส่งผลต่อการปรับตัวและช่วยให้เผชิญกับปัญหาได้ดี ทำให้มีการรับรู้คุณภาพชีวิตดีกว่า ซึ่งข้อสันนิษฐานนี้สอดคล้องกับสุภาภรณ์ ธารพวงมณี (2550) ได้ศึกษาเรื่อง “คุณภาพชีวิตตามแนวเศรษฐกิจพอเพียงและคุณภาพชีวิตในการทำงาน ศึกษาระณี: เกษตรกรตำบลคอนมะเกลือ อำเภออุ้มทอง จังหวัดสุพรรณบุรี” ผลการวิเคราะห์พบว่าเกษตรกร ที่มีอายุแตกต่างกันมีคุณภาพชีวิตตามแนวเศรษฐกิจพอเพียงโดยภาพรวม และด้านความมีเหตุผล ด้านความรู้ ด้านคุณธรรม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ยกเว้นด้านความพอประมาณ ด้านการมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ประภาส บารมี (2546) ได้ศึกษาเรื่อง “คุณภาพชีวิตของประชาชนที่อาศัยในชุมชนชาวแพอำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก” ผลการศึกษาพบว่า ประชาชนที่มีอายุแตกต่างกันจะมีคุณภาพชีวิตโดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

นพพร เมธอนันต์กุล (2549) ได้ศึกษาเรื่อง “การนำแนวปฏิบัติตามปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงไปใช้ในการดำเนินชีวิต: ศึกษาระณี เกษตรกรลูกค้าธนาคารเพื่อการเกษตร อำเภอวิเชียรบุรี จังหวัดเพชรบูรณ์” ผลการศึกษาพบว่าปัจจัยที่มีผลต่อการนำแนวปฏิบัติตามปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงไปใช้ในการดำเนินชีวิตของเกษตรกรลูกค้า ธ.ก.ส. ได้แก่ อายุ

นันทน์ภัส บุญเยี่ยม (2551) ได้ศึกษาเรื่อง “ทัศนคติของประชาชนต่อการนำแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงประยุกต์ในชีวิตประจำวัน: กรณีศึกษาประชาชนในตำบลคลองประเวศ อำเภอบ้านโพธิ์ จังหวัดฉะเชิงเทรา” ผลการศึกษาพบว่าจากผลการทดสอบ F- test ได้ค่า $F = 3.452$ Sig 0.017 พบว่าทัศนคติของประชาชนเกี่ยวกับการนำแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงไปประยุกต์ในชีวิตประจำวันเปรียบเทียบกับอายุ พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยพบว่าประชาชนที่มีอายุแตกต่างกันมีทัศนคติต่อการนำแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงไปประยุกต์ในชีวิตประจำวันที่แตกต่างกัน

วรวัฒน์ เกตุเพชร (2550) ได้ศึกษาเรื่อง “การเรียนรู้การใช้ชีวิตตามแนวทางปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง กรณีศึกษาประชาชนในเขตตำบลเข้ร้อ อำเภอดอนจาน จังหวัดสระแก้ว” ผลการศึกษาพบว่าปัจจัยที่มีผลต่อการเรียนรู้การใช้ชีวิตตามแนวทางปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง คือ อายุ

กฤษณา ประทัดสุนทรสาร (2551) ได้ศึกษาเรื่อง “การดำเนินชีวิตของประชาชนในชุมชนคอยรุคตึกวา เขตหนองจอก กรุงเทพมหานคร ตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง” ผลการศึกษาพบว่า ประชาชนที่อายุแตกต่างกันมีการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงในภาพรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

สุนิสา สุขชี (2552) ได้ศึกษาเรื่อง “แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของชุมชนตำบลพงสวาย อำเภอเมือง จังหวัดราชบุรี” ผลการศึกษาพบว่า อายุกับระดับคุณภาพชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง มีความแตกต่างของค่าเฉลี่ยมากกว่า 2 กลุ่ม ค่า Sig. มีค่าเท่ากับ 0.000 ซึ่งน้อยกว่าค่านัยสำคัญ มีผลต่อระดับคุณภาพชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

ระดับการศึกษา เป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่สัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต การที่มนุษย์จะมีคุณภาพชีวิตที่ดีได้นั้นจะต้องมีความปกติของร่างกายและสติปัญญาเป็นพื้นฐาน ซึ่งได้แก่ ร่างกายมีอวัยวะต่าง ๆ ครบถ้วน มีสุขภาพแข็งแรง มีพลังกำลังที่สามารถทำงานได้เช่นเดียวกับคนอื่น ๆ ระดับการพัฒนาทางสติปัญญาเป็นปกติ ศึกษาเล่าเรียน มีเหตุผล และสามารถแก้ปัญหาที่ตนเองเผชิญได้ (นิสารัตน์ ศิลปเดช, 2540) โดยจากการตรวจสอบเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ สกล พรหมสิน (2546) ศึกษา “ระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง และระดับคุณภาพชีวิตของประชาชนตำบลหงษ์เจริญ

อำเภอท่าแซะ จังหวัดชุมพร” ผลการศึกษาพบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างการศึกษากับคุณภาพชีวิตประชาชน ตำบลหงษ์เจริญ อำเภอท่าแซะ จังหวัดชุมพร โดยวิธีการวิเคราะห์จำแนกหมู่ พบว่าการศึกษามีความสัมพันธ์เชิงบวกกับคะแนนคุณภาพชีวิตของประชาชน ตำบลหงษ์เจริญ อำเภอท่าแซะ จังหวัดชุมพร

สุภาภรณ์ ชารผาภูมิ (2550) ได้ศึกษาเรื่อง “คุณภาพชีวิตตามแนวเศรษฐกิจพอเพียงและคุณภาพชีวิตในการทำงาน กรณีศึกษา: เกษตรกรตำบลดอนมะเกลือ อำเภออุ้มทอง จังหวัดสุพรรณบุรี” ผลการวิเคราะห์พบว่า เกษตรกรที่มีการศึกษาแตกต่างกันมีคุณภาพชีวิตตามแนวเศรษฐกิจพอเพียงโดยภาพรวมและด้านความพอประมาณ ความมีเหตุผล ด้านความรู้ ด้านคุณธรรมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ยกเว้นด้านการมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี มีความไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ชนภัทร์ สุทธิ (2550) ได้ศึกษาเรื่อง “การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงกับความพึงพอใจในคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ เทศบาลตำบลด่านซ้าย อำเภอด่านซ้าย จังหวัดเลย” ผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน มีการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

คำตัน บุญมณี (2545) ได้ศึกษาเรื่อง “คุณภาพชีวิตของประชาชนในกำแพงนครเวียงจันทน์ สาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาว” ผลการศึกษาพบว่า หัวหน้าครัวเรือนที่มีระดับการศึกษาที่แตกต่างกันจะมีผลทำให้ระดับคุณภาพชีวิตของหัวหน้าครัวเรือนแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

อัญชลี ภัทรพงศ์สินธุ์ (2543) ได้ศึกษาเรื่อง “ปัจจัยสิ่งแวดล้อมทางสังคมและเศรษฐกิจที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตของประชาชน ศึกษาเฉพาะกรณีชุมชนแออัดวัดหนองใหญ่และเกาะรัชดา ออเงิน เขตสายไหม กรุงเทพมหานคร” โดยผลการศึกษาพบว่า ประชาชนในชุมชนแออัดที่ได้รับการศึกษาที่แตกต่างกันมีผลต่อคุณภาพชีวิตแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ประภาส บารมี (2546) ได้ศึกษาเรื่อง “คุณภาพชีวิตของประชาชนที่อาศัยในชุมชนชาวแพ อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก” ผลการศึกษาพบว่า ประชาชนที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกันจะมีคุณภาพชีวิตโดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001

ชุมพลภัทร์ คงธนจารุอนันต์ (2551) ศึกษา “การดำเนินชีวิตและคุณภาพชีวิตตามแนวทางปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของเกษตรกรในหมู่บ้านหนองมะจับ ตำบลแม่แฝก อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่” ผลการศึกษาพบว่า จากผลการวิเคราะห์หัตถดอยพหุคูณแบบขั้นตอน มีตัวแปรที่มีผลต่อตัวแปรคุณภาพชีวิตตามแนวทางปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ได้แก่ ระดับการศึกษา

นพพร เมธอินันต์กุล (2549) ได้ศึกษาเรื่อง “การนำแนวปฏิบัติตามปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงไปใช้ในการดำเนินชีวิต: กรณีศึกษา เกษตรกรปลูกข้าวนาการเพื่อการเกษตร อำเภอวิเชียรบุรี จังหวัดเพชรบูรณ์” ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยที่มีผลต่อการนำแนวปฏิบัติตามปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงไปใช้ในการดำเนินชีวิตของเกษตรกรปลูกข้าว ธ.ก.ส. ได้แก่ ระดับการศึกษา

วรวัฒน์ เกตุเพชร (2550) ได้ศึกษาเรื่อง “การเรียนรู้การใช้ชีวิตตามแนวทางปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง กรณีศึกษาประชาชนในเขตตำบลแซร์อ้อ อำเภอวัฒนานคร จังหวัดสระแก้ว” ผลการศึกษา พบว่า ปัจจัยที่มีผลต่อการเรียนรู้การใช้ชีวิตตามแนวทางปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง คือ การศึกษา

กฤษณาภา ประทัตสุนทรสาร (2551) ได้ศึกษาเรื่อง “การดำเนินชีวิตของประชาชนในชุมชนคอยรุด้กัว เขตหนองจอก กรุงเทพมหานคร ตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง” ผลการศึกษาพบว่า ประชาชนที่ระดับการศึกษาแตกต่างกันมีการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงในภาพรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

สุนิสา สุขชี (2552) ได้ศึกษาเรื่อง “แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของชุมชนตำบลพงสวาย อำเภอเมือง จังหวัดราชบุรี” ผลการศึกษาพบว่า ระดับการศึกษากับระดับคุณภาพชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง มีความแตกต่างของค่าเฉลี่ยมากกว่า 2 กลุ่ม ค่า Sig. มีค่าเท่ากับ 0.000 ซึ่งน้อยกว่าค่านัยสำคัญ มีผลต่อระดับคุณภาพชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

สถานภาพสมรส จากการตรวจเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ งานของสุภา แก้วบริสุทธิ (2547) ได้ศึกษาเรื่อง “ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตเกษตรกรชาวสวนยางพารา จังหวัดสงขลา” ผลการศึกษาพบว่า สถานภาพสมรสมีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนยางพาราอย่าง

มีนัยสำคัญทางสถิติ คือ เกษตรกรชาวสวนยางพาราที่มีคู่สมรสจะรับรู้ถึงคุณภาพชีวิตดีกว่า เกษตรกรชาวสวนยางพาราที่มีสถานภาพสมรสโสด หม้าย แยกกันอยู่ หรือหย่าร้าง

สุภาภรณ์ ชารผาภูมิ (2550) ได้ศึกษาเรื่อง “คุณภาพชีวิตตามแนวเศรษฐกิจพอเพียงและคุณภาพชีวิตในการทำงาน กรณีศึกษา: เกษตรกรตำบลคอนมะเกลือ อำเภอบัวทอง จังหวัดสุพรรณบุรี” ผลการวิเคราะห์พบว่า เกษตรกรที่มีสถานภาพการสมรสแตกต่างกันมีคุณภาพชีวิตตามแนวเศรษฐกิจพอเพียงโดยภาพรวม และด้านความพอประมาณ ด้านความมีเหตุผล ด้านความรู้ ด้านคุณธรรมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ยกเว้นด้านการมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระดับ 0.05

เสาวนีย์ ตนะคุลย์ (2533) ได้ศึกษาเรื่อง “คุณภาพชีวิตของประชาชนในเขตกรุงเทพมหานคร” ที่พบผลการศึกษาว่าสถานภาพสมรส มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตโดยรวมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ธนภัทร์ สุทธิ (2550) ได้ศึกษาเรื่อง “การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ เทศบาลตำบลด่านซ้าย อำเภอด่านซ้าย จังหวัดเลย” ผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรสต่างกัน มีการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

กฤษณาภา ประทัดสุนทรสาร (2551) ได้ศึกษาเรื่อง “การดำเนินชีวิตของประชาชนในชุมชนคอกยุดตั้งกวา เขตหนองจอก กรุงเทพมหานคร ตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง” ผลการศึกษาพบว่า ประชาชนที่สถานภาพสมรสแตกต่างกันมีการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

สุนิสา สุขชี (2552) ได้ศึกษาเรื่อง “แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของชุมชนตำบลพงสวาย อำเภอมือง จังหวัดราชบุรี” ผลการศึกษาพบว่า สถานภาพสมรสกับระดับคุณภาพชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง มีความแตกต่างของค่าเฉลี่ยมากกว่า 2 กลุ่ม ค่า Sig. มีค่าเท่ากับ 0.000 ซึ่งน้อยกว่าค่านัยสำคัญ มีผลต่อระดับคุณภาพชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

จำนวนสมาชิกในครัวเรือน จากการตรวจเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ได้แก่งานของ สกล พรหมสิน (2546) ศึกษา “ระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง และระดับคุณภาพชีวิตของประชาชนตำบลหงษ์เจริญ อำเภอกำแพง จังหวัดชุมพร” ผลการศึกษาพบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างครอบครัวเข้มแข็งกับคุณภาพชีวิตของประชาชน ตำบลหงษ์เจริญ อำเภอกำแพง จังหวัดชุมพร โดยวิธีการวิเคราะห์จำแนกหมู่ พบว่า ครอบครัวเข้มแข็งมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับคะแนนคุณภาพชีวิตของประชาชนตำบลหงษ์เจริญ อำเภอกำแพง จังหวัดชุมพร

กฤษณาภา ประทีตสุนทรสาร (2551) ได้ศึกษาเรื่อง “การดำเนินชีวิตของประชาชนในชุมชนคอกยุดดีกว่า เขตหนองจอก กรุงเทพมหานคร ตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง” ผลการศึกษาพบว่า ประชาชนที่มีจำนวนสมาชิกในครอบครัวแตกต่างกัน มีการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงในภาพรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

สุนิสา สุขชี (2552) ได้ศึกษาเรื่อง “แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของชุมชนตำบลพงสวาย อำเภอมือง จังหวัดราชบุรี ” ผลการศึกษาพบว่า จำนวนสมาชิกในครอบครัวกับระดับคุณภาพชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง มีความแตกต่างของค่าเฉลี่ยมากกว่า 2 กลุ่ม ค่า Sig. มีค่าเท่ากับ 0.000 ซึ่งน้อยกว่าค่านัยสำคัญ มีผลต่อระดับคุณภาพชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

การได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง จากการตรวจเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ได้แก่งานของ ชุมพลภัทร์ คงธนจารุอนันต์ (2551) ศึกษา “การดำเนินชีวิตและคุณภาพชีวิตตามแนวทางปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของเกษตรกรในหมู่บ้านหนองมะจับ ตำบลแม่แฝก อำเภอสันทรายจังหวัดเชียงใหม่” ผลการศึกษา พบว่า ตัวแปรอิสระ คือ ปัจจัยส่วนบุคคล มีความสัมพันธ์กับตัวแปรตามคือ ลักษณะการดำเนินชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นั่นคือ ตัวแปรแหล่งความรู้เรื่องแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง คือการที่เกษตรกรมีแหล่งความรู้เกี่ยวกับแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมากขึ้นเพียงใดยิ่งจะส่งผลให้ลักษณะการดำเนินชีวิตของเกษตรกรดีขึ้นตามไปด้วย เนื่องจากตัวแปรแหล่งความรู้เรื่องแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับตัวแปรตามลักษณะการดำเนินชีวิต

นพพร เมธีอนันต์กุล (2549) ได้ศึกษาเรื่อง “การนำแนวปฏิบัติตามปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงไปใช้ในการดำเนินชีวิต: กรณีศึกษา เกษตรกรปลูกข้าวสารเพื่อการเกษตร อำเภอวิเชียรบุรี จังหวัดเพชรบูรณ์” ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยที่มีผลต่อการนำแนวปฏิบัติตามปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงไปใช้ในการดำเนินชีวิตของเกษตรกรปลูกข้าว ธ.ก.ส. การได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

เดชา กลิ่นจันทร์ (2549) ได้ศึกษาเรื่อง “การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างระดับการรับรู้กับระดับการนำไปปฏิบัติ ตามแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของเกษตรกรในจังหวัดนครราชสีมา” ผลการศึกษาพบว่า การหาความสัมพันธ์ระหว่างระดับการรับรู้กับระดับการนำไปปฏิบัติ ตามแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง พบว่า โดยภาพรวมมีความสัมพันธ์ไปในทิศทางเดียวกัน

กานดา เต๊ะขันหมาก (2552) ได้ศึกษาเรื่อง “ปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการดำเนินชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของครัวเรือน ศึกษากรณีจังหวัดลพบุรี” ผลการศึกษาพบว่า การได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมีความสัมพันธ์เชิงปฏิสัมพันธ์กับการดำเนินชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของครัวเรือน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

รายได้ จากการตรวจเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ งานของ สกต พรหมสิน (2546) ศึกษา “ระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง และระดับคุณภาพชีวิตของประชาชนตำบลหงษ์เจริญ อำเภอท่าแซะ จังหวัดชุมพร” ผลการศึกษาพบว่า การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างรายได้กับคุณภาพชีวิตของประชาชน โดยวิธีการวิเคราะห์จำแนกพหุ พบว่า รายได้มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับคะแนนคุณภาพชีวิตประชาชนตำบลหงษ์เจริญ อำเภอท่าแซะ จังหวัดชุมพร

สุภาภรณ์ ชารผาภูมิ (2550) ได้ศึกษาเรื่อง “คุณภาพชีวิตตามแนวเศรษฐกิจพอเพียงและคุณภาพชีวิตในการทำงาน กรณีศึกษา: เกษตรกรตำบลคอนมะเกลือ อำเภออุทุมพร จังหวัดสุพรรณบุรี” ผลการวิเคราะห์พบว่า เกษตรกร ตำบลคอนมะเกลือ อำเภออุทุมพร จังหวัดสุพรรณบุรี ที่มีรายได้แตกต่างกันมีคุณภาพชีวิตตามแนวเศรษฐกิจพอเพียงโดยรวม และด้านความมีเหตุผล ด้านการมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี ด้านความรู้ ด้านคุณธรรม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ยกเว้นด้านความพอประมาณ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ชุมพลภัทร์ คงธนจารุอนันต์ (2551) ศึกษา “การดำเนินชีวิตและคุณภาพชีวิตตามแนวทางปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของเกษตรกรในหมู่บ้านหนองมะจับ ตำบลแม่แฝก อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่” ผลการศึกษา พบว่า ผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน ตัวแปรอิสระคือ รายได้ซึ่งเป็นปัจจัยส่วนบุคคลมีความสัมพันธ์กับตัวแปรตามคือ ลักษณะการดำเนินชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

สุภา แก้ววิสุทธิ (2547) ได้ศึกษาเรื่อง “ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตเกษตรกรชาวสวนยางพารา จังหวัดสงขลา” ผลการศึกษายังพบว่า รายได้มีอิทธิพลในด้านบวกต่อคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนยางพารา หมายความว่า เกษตรกรชาวสวนยางพาราที่มีรายได้สูงมีการรับรู้ถึงคุณภาพชีวิตดีกว่าเกษตรกรชาวสวนยางพาราที่มีรายได้ต่ำ

คำตัน บุญมณี (2545) ได้ศึกษาเรื่อง “คุณภาพชีวิตของประชาชนในกำแพงนครเวียงจันทน์ สาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาว” ผลการศึกษาพบว่า การศึกษาปัจจัยด้านเศรษฐกิจและสังคมที่มีผลต่อระดับคุณภาพชีวิตของประชาชนพบว่า รายได้ มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับคุณภาพชีวิตของหัวหน้าครัวเรือนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สุนิสา สุขจี (2552) ได้ศึกษาเรื่อง “แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของชุมชนตำบลพงสวาย อำเภอเมือง จังหวัดราชบุรี” ผลการศึกษาพบว่า รายได้กับระดับคุณภาพชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง มีความแตกต่างของค่าเฉลี่ยมากกว่า 2 กลุ่ม ค่า Sig. มีค่าเท่ากับ 0.000 ซึ่งน้อยกว่าค่านัยสำคัญ มีผลต่อระดับคุณภาพชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

รายจ่าย จากการตรวจเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ได้แก่งานของชุมพลภัทร์ คงธนจารุอนันต์ (2551) ศึกษา “การดำเนินชีวิตและคุณภาพชีวิตตามแนวทางปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของเกษตรกรในหมู่บ้านหนองมะจับ ตำบลแม่แฝก อำเภอสันทรายจังหวัดเชียงใหม่” ผลการศึกษา พบว่า ปัจจัยส่วนบุคคลรวมกับลักษณะการดำเนินชีวิต (ทุกตัวแปร) มีความสัมพันธ์กับตัวแปรตาม คือ คุณภาพชีวิตตามแนวทางปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยมีตัวแปรที่มีผลต่อตัวแปรตาม ได้แก่ รายจ่าย

อาชีพ จากการตรวจเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ได้แก่งานของ เสาวนีย์ ตนะคุลย์ (2533) ได้ศึกษาเรื่อง “คุณภาพชีวิตของประชาชนในเขตกรุงเทพมหานคร” ผลการศึกษาพบว่า อาชีพ มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตโดยรวมอย่างมีนัยสำคัญ

คำตัน บุญมณี (2545) ได้ศึกษาเรื่อง “คุณภาพชีวิตของประชาชนในกำแพงนครเวียงจันทน์ สาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาว” ผลการศึกษาพบว่าอาชีพของหัวหน้าครัวเรือน มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับคุณภาพชีวิตของหัวหน้าครัวเรือนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

ชนภัทร์ สุทธิ (2550) ได้ศึกษาเรื่อง “การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ เทศบาลตำบลด่านซ้าย อำเภอด่านซ้าย จังหวัดเลย” ผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุที่มีอาชีพแตกต่างกัน มีการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

นันทันภัส บุญเยี่ยม (2551) ได้ศึกษาเรื่อง “ทัศนคติของประชาชนต่อการนำแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงประยุกต์ในชีวิตประจำวัน: กรณีศึกษาประชาชนในตำบลคลองประเวศ อำเภอบ้านโพธิ์ จังหวัดฉะเชิงเทรา” ผลการศึกษาพบว่า ทัศนคติของประชาชนเกี่ยวกับการนำแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงไปประยุกต์ในชีวิตประจำวันเปรียบเทียบกับอาชีพ พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

วรวัฒน์ เกตุเพชร (2550) ได้ศึกษาเรื่อง “การเรียนรู้การใช้ชีวิตตามแนวทางปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง กรณีศึกษาประชาชนในเขตตำบลแซร์อ้อ อำเภอวัฒนานคร จังหวัดสระแก้ว” ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยที่มีผลต่อการเรียนรู้การใช้ชีวิตตามแนวทางปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง คือ อาชีพ

ศุภนิสา สุขจี (2552) ได้ศึกษาเรื่อง “แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของชุมชนตำบลพงสวาย อำเภอเมือง จังหวัดราชบุรี” ผลการศึกษาพบว่า อาชีพ กับระดับคุณภาพชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง มีความแตกต่างของค่าเฉลี่ยมากกว่า 2 กลุ่ม ค่า Sig. มีค่าเท่ากับ 0.000 ซึ่งน้อยกว่าค่านัยสำคัญ มีผลต่อระดับคุณภาพชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง หมายถึง การดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งประกอบด้วย 3 ห่วง ได้แก่ ความพอประมาณ ความมีเหตุผล มีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี และ 2 เงื่อนไข ได้แก่ มีความรู้และมีคุณธรรม นั่นคือ การปฏิบัติตนด้วยความพอเพียงอย่างมีเหตุและผล ทั้งทางด้านเศรษฐกิจและทางการดำเนินชีวิต พึ่งพาตนเองได้ ไม่ฟุ้งเฟ้อ มีความประหยัด ไม่เบียดเบียนผู้อื่น ไม่โลภ ไม่สุดโต่ง มีความพอประมาณในชีวิต และพอเพียงในความเป็นอยู่ โดยจากการตรวจเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ได้แก่งานของกนกวรรณ กรรษา (2550) ศึกษา “ความสัมพันธ์ระหว่างการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง กับคุณภาพชีวิตของประชาชนตำบลกกกุง อำเภอเมืองสรวง จังหวัดร้อยเอ็ด” ผลการศึกษาพบว่า ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความพอประมาณ ความมีเหตุผล มีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี มีความรู้และมีคุณธรรมกับคุณภาพชีวิตของกลุ่มตัวอย่าง โดยวิธีการวิเคราะห์จำแนกพหุคูณ พบว่า มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับคะแนนคุณภาพชีวิตของประชาชน

ธนภัทร์ สุทธิ (2550) ได้ศึกษาเรื่อง “การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ เทศบาลตำบลด่านซ้าย อำเภอด่านซ้าย จังหวัดเลย” ผลการศึกษาพบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง กับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ พบว่า การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ชุมพลภัทร์ คงธนจารุอนันต์ (2551) ได้ศึกษาเรื่อง “การดำเนินชีวิตและคุณภาพชีวิตตามแนวทางปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของเกษตรกรในหมู่บ้านหนองมะจับ ตำบลแม่แฝก อำเภอสันทรายจังหวัดเชียงใหม่” ผลการศึกษาพบว่า จากผลการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระและตัวแปรตาม (คุณภาพชีวิตของเกษตรกรในหมู่บ้านหนองมะจับ ตำบลแม่แฝก อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่) โดยวิธีการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน พบว่า มีตัวแปรอิสระมากกว่า 1 ตัวแปร ในสมการที่มีความสัมพันธ์กับตัวแปร ดังนั้นสามารถสรุปได้ว่าปัจจัยส่วนบุคคลและปัจจัยในการดำเนินชีวิตบางประการของเกษตรกรในหมู่บ้านหนองมะจับมีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของเกษตรกรในหมู่บ้านหนองมะจับ ตำบลแม่แฝก อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

สกล พรหมสิน (2546) ได้ศึกษาเรื่อง “ระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง และระดับคุณภาพชีวิตของประชาชนตำบลหงษ์เจริญ อำเภอกำแพง จังหวัดชุมพร” ผลการศึกษาพบว่า ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนด้านคุณภาพชีวิตของประชาชนตำบลหงษ์เจริญ อำเภอกำแพง จังหวัดชุมพร ที่มีการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงแตกต่างกันจะมีคุณภาพชีวิตที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ชนิดดา ภูหงษ์ทอง (2551) ได้ศึกษาเรื่อง “ความสัมพันธ์ระหว่างการดำรงชีพตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงกับความสุขเชิงอัตวิสัยในเกษตรกร” ผลการศึกษาพบว่า การดำรงชีพตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขเชิงอัตวิสัยในกลุ่มเกษตรกรอย่างมีนัยสำคัญ และมีค่าสหสัมพันธ์ค่อนข้างสูง จึงอาจกล่าวได้ว่าเกษตรกรยังมีการยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงในการดำเนินชีวิตสูงเท่าใด ก็ยังมีความสุขเชิงอัตวิสัยสูงขึ้นด้วย

ความพอประมาณ หมายถึง ความพอดีที่อยู่บนทางสายกลาง ไม่มากเกินไปและไม่น้อยเกินไป อยู่ในระดับที่เหมาะสมกับศักยภาพโดยไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น จากการตรวจสอบเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ได้แก่นางของ กนกวรรณ กรรมา (2550) ได้ศึกษาเรื่อง “ความสัมพันธ์ระหว่างการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง กับคุณภาพชีวิตของประชาชนตำบลกกกุง อำเภอมืองสว่าง จังหวัดร้อยเอ็ด” ผลการศึกษาพบว่า การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความมีเหตุผลกับคุณภาพชีวิตของประชาชน โดยวิธีการจำแนกพหุคูณ พบว่าประชาชนที่มีความพอประมาณแตกต่างกันจะมีคุณภาพชีวิตแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 คือ ความพอประมาณมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับคะแนนคุณภาพชีวิตของประชาชนนั่นเอง

ความมีเหตุผล หมายถึง การตัดสินใจในการดำเนินกิจกรรมต่างๆ เกี่ยวกับระดับของความพอเพียงนั้นจะต้องเป็นไปอย่างมีเหตุผล โดยพิจารณาจากปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ตลอดจนคำนึงถึงผลที่คาดว่าจะเกิดขึ้นจากการกระทำนั้นๆอย่างรอบคอบ จากการตรวจสอบเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ได้แก่นางของ กนกวรรณ กรรมา (2550) ได้ศึกษาเรื่อง “ความสัมพันธ์ระหว่างการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง กับคุณภาพชีวิตของประชาชนตำบลกกกุง อำเภอมืองสว่าง จังหวัดร้อยเอ็ด” ผลการศึกษาพบว่า ประชาชนที่มีความมีเหตุผลแตกต่างกันจะมีคุณภาพชีวิตแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 คือความมีเหตุผลมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับคะแนนคุณภาพชีวิตของประชาชน กล่าวคือประชาชนที่มีความมีเหตุผลสูงขึ้นเพียงใด ระดับคุณภาพชีวิตจะสูงขึ้นเพียงนั้น

การมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี หมายถึง การเตรียมตัวให้พร้อมรับผลกระทบและการเปลี่ยนแปลงในด้านต่างๆ ที่จะเกิดขึ้น โดยคำนึงถึงความเป็นไปได้ของสถานการณ์ต่างๆ ที่คาดว่าจะเกิดขึ้นในอนาคตทั้งอันใกล้และไกล จากการตรวจเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ได้แก่งานของ กนกวรรณกรรมา (2550) ได้ศึกษาเรื่อง “ความสัมพันธ์ระหว่างการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง กับคุณภาพชีวิตของประชาชนตำบลกกกุง อำเภอเมืองสรวง จังหวัดร้อยเอ็ด” ผลการศึกษาพบว่า ประชาชนที่มีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีแตกต่างกันจะมีคุณภาพชีวิตแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 คือการมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับคะแนนคุณภาพชีวิตของประชาชน กล่าวคือประชาชนที่มีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีสูงขึ้นเพียงใด ระดับคุณภาพชีวิตจะสูงขึ้นเพียงนั้น

การมีความรู้ หมายถึง ความรอบรู้ รอบคอบ และระมัดระวัง ในการนำวิชาการต่างๆ ที่เกี่ยวข้องมาพิจารณาเชื่อมโยงกัน เพื่อประกอบการวางแผน และการดำเนินการทุกขั้นตอน การที่สามารถอุ้มชูตัวเองได้ ให้มีความพอเพียงกับตนเอง สามารถอยู่ได้โดยไม่เดือดร้อน ซึ่งจะต้องสร้างพื้นฐานทางเศรษฐกิจของตนเองให้ดีก่อน คือตนเองสามารถอยู่ได้อย่างพอกินพอใช้ และเศรษฐกิจพอเพียงนั้นเป็นเรื่องที่เข้าใจง่าย มีความหมายชัดเจนถ้าหากพิจารณาอย่างถ่องแท้จะไม่ยากแก่การรับรู้และการนำไปปฏิบัติ (สุเมธ ตันติเวชกุล , 2549) จากการตรวจเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ได้แก่งานของ กนกวรรณกรรมา (2550) ได้ศึกษาเรื่อง “ความสัมพันธ์ระหว่างการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง กับคุณภาพชีวิตของประชาชนตำบลกกกุง อำเภอเมืองสรวง จังหวัดร้อยเอ็ด” ผลการศึกษาพบว่า ประชาชนที่มีความรู้แตกต่างกันจะมีคุณภาพชีวิตแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 คือการมีความรู้มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับคะแนนคุณภาพชีวิตของประชาชน กล่าวคือประชาชนที่มีความรู้สูงขึ้นเพียงใด ระดับคุณภาพชีวิตจะสูงขึ้นเพียงนั้น

ชุมพลภัทร์ คงธนจารุอนันต์ (2551) ได้ศึกษา “การดำเนินชีวิตและคุณภาพชีวิตตามแนวทางปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของเกษตรกรในหมู่บ้านหนองมะจับ ตำบลแม่แฝก อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่” ผลการศึกษาพบว่า ความรู้ในเรื่องการปฏิบัติตนตามแบบเศรษฐกิจพอเพียงมีความสัมพันธ์กับตัวแปรตาม คือ คุณภาพชีวิตตามแนวทางปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ หมายความว่า ผู้ที่มีระดับความรู้ในเรื่องการปฏิบัติตนตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงที่สูงขึ้นนั้นจะเป็นผู้ที่มีค่าคะแนนคุณภาพชีวิตตามแนวทางปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงที่สูงกว่าผู้ที่มีระดับความรู้ในเรื่องการปฏิบัติตนตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงที่ต่ำกว่า

สรินญา อติแพทย์ (2551) ได้ศึกษาเรื่อง “การดำเนินชีวิตตามแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงของคณะทำงานแผนชีวิตชุมชน กรณีศึกษาชุมชนขยายผลในเขตกรุงเทพมหานคร” ผลการศึกษาพบว่า ความรู้เกี่ยวกับแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงมีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติตามแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งจะส่งผลต่อคุณภาพชีวิตโดยรวมของบุคคล

การมีคุณธรรม หมายถึง ความตระหนักในคุณธรรม มีความซื่อสัตย์สุจริต มีความอดทน มีความเพียร ใช้สติปัญญาในการดำเนินชีวิต จากการตรวจเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ งานของ กนกวรรณ กรรษา (2550) ได้ศึกษาเรื่อง “ความสัมพันธ์ระหว่างการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง กับคุณภาพชีวิตของประชาชนตำบลกกกุง อำเภอเมืองสรวง จังหวัดร้อยเอ็ด” ผลการศึกษาพบว่า ประชาชนที่มีคุณธรรมแตกต่างกันจะมีคุณภาพชีวิตแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 คือการมีคุณธรรมมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับคะแนนคุณภาพชีวิตของประชาชน กล่าวคือประชาชนที่มีคุณธรรมสูงขึ้นเพียงใด ระดับคุณภาพชีวิตจะสูงขึ้นเพียงนั้น

จากการศึกษารวบรวม แนวความคิด ทฤษฎี และผลงานวิจัยในส่วนที่เกี่ยวข้องกับเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงกับคุณภาพชีวิตของประชาชนตำบล สุโสะ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง ผู้วิจัยได้คัดเลือกใช้ตัวแปรที่เกี่ยวข้องมาเป็นกรอบแนวคิดในการศึกษาครั้งนี้ ซึ่งประกอบด้วย ตัวแปรอิสระคือปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส จำนวนสมาชิกครัวเรือน การได้รับข้อมูลข่าวสาร รายได้ รายจ่าย และอาชีพ และการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงที่ผู้วิจัยน้อมนำพระราชดำรัสขององค์พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว อันเป็นหัวใจสำคัญของการเศรษฐกิจพอเพียงที่ประกอบด้วยคุณลักษณะ 3 ประการ คือ ความพอประมาณ ความมีเหตุผล การมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี ภายใต้เงื่อนไขของการมีความรู้และการมีคุณธรรม และตัวแปรตาม คือ คุณภาพชีวิตของประชาชนที่จะต้องประกอบด้วย 4 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อม ดังแสดงในกรอบแนวคิดในการวิจัย หน้า 55

กรอบแนวคิดในการวิจัย

ตัวแปรอิสระ



สมมติฐานการวิจัย

1. ปัจจัยส่วนบุคคลและการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงตามหลักการ 3 ห่วง 2 เงื่อนไข มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตของประชาชนตำบลสุโสะ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง
2. กลุ่มตัวแปรจากปัจจัยส่วนบุคคล การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง สามารถร่วมกันทำนายคุณภาพชีวิตของประชาชนได้ดีกว่าการทำนายจากตัวแปรใดตัวแปรหนึ่งเพียงตัวแปรเดียว



บทที่ 3

วิธีการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณที่ใช้วิธีการวิจัยการสำรวจเชิงพรรณนาแบบ การศึกษาตัดขวางและเชิงคุณภาพด้วยการพูดคุยกับผู้รู้ในตำบลในขั้นตอนการสำรวจเบื้องต้น เพื่อศึกษาลักษณะความสัมพันธ์ของปัจจัยส่วนบุคคล การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง กับ คุณภาพชีวิตของประชาชนตำบลสุโสะ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ประชาชนที่อยู่ในหมู่บ้านต่างๆ ทั้ง 11 หมู่บ้านของ ตำบลสุโสะ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง ซึ่งข้อมูลจากแบบรายงานบัญชีคนในบ้านของสำนัก ทะเบียนอำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง ณ วันที่ 7 ตุลาคม 2553 แสดงจำนวนครัวเรือนทั้งสิ้น 1,393 ครัวเรือน ดังตารางที่ 1

หน่วยการวิเคราะห์

หน่วยที่ใช้ในการวิเคราะห์ คือ หัวหน้าครัวเรือนหรือตัวแทน ที่มีอายุระหว่าง 20-60 ปี ของ ประชาชนทั้งหมด 11 หมู่บ้านในตำบลสุโสะ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง

กลุ่มตัวอย่างประชากร

สุ่มกลุ่มตัวอย่างระดับบุคคลจากจำนวนครัวเรือนของตำบลเป้าหมายทั้งหมด 1,393 ครัวเรือน โดยกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตรของ Taro Yamane ทำให้ได้กลุ่มตัวอย่าง ดังนี้ (สุชาติ ประสิทธิ์รัฐสินธุ์, 2546)

กลุ่มตัวอย่าง สูตรของ YAMANE

$$\text{สูตร } n = \frac{N}{1+N(e)^2}$$

n = ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง

N = ขนาดของประชากร

e = ความคลาดเคลื่อนในการสุ่มตัวอย่าง ($e=.05$)

แทนค่า

$$n = \frac{1393}{1+1393(.05)^2}$$

$$n = 311$$

ดังนั้นจำนวนตัวอย่างที่ใช้ในครั้งนี้ คือหัวหน้าหรือตัวแทนครัวเรือนจำนวน 311 ราย หลังจากนั้นก็คำนวณหาสัดส่วนของจำนวนตัวอย่างในแต่ละหมู่บ้านทั้ง 11 หมู่บ้าน ด้วยวิธีการหาสัดส่วนของกลุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิตามขนาดของกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้สูตร

$$n_i = \frac{n(N_i)}{N}$$

โดย n_i แทน ขนาดตัวอย่างในแต่ละชั้น

n แทน จำนวนตัวอย่างทั้งหมด

N_i แทน ประชากรย่อยในแต่ละชั้น

N แทน จำนวนประชากรทั้งหมด

ตารางที่ 1 จำนวนครัวเรือนทั้งหมดและจำนวนครัวเรือนตัวอย่างจำแนกตามหมู่บ้าน

หมู่ที่ / หมู่บ้าน	จำนวนครัวเรือนทั้งหมด	จำนวนตัวอย่าง
1. บ้านสุโสะ	174	39
2. บ้านวังยาว	178	40
3. บ้านต้นไทร	88	20
4. บ้านท่าคลอง	164	37
5. บ้านหนองผักถืด	96	21
6. บ้านลุ่มไต่ะแป้น	168	37
7. บ้านสุโสะ2	185	41
8. บ้านห้วยน้ำตก	90	20
9. บ้านท่าเทศ	70	16
10. บ้านหนองจีไ้	79	18
11. บ้านในทอน	101	22
รวมทั้งสิ้น	1,393	311

ที่มา: แบบรายงานบัญชีคนในบ้านสำนักทะเบียนอำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง

เมื่อได้กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 311 ครัวเรือนแล้ว ต่อจากนั้นผู้วิจัยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple Random Sampling) โดยใช้วิธีจับสลากแบบไม่ใส่คืน ทีละหมู่บ้านทั้ง 11 หมู่บ้าน ให้ได้จำนวนตัวอย่าง ในแต่ละหมู่บ้านตามที่ต้องการ

การสร้างเครื่องมือ

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยดำเนินการดังนี้

1. ศึกษาเอกสาร ตำรา วารสาร งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และสิ่งพิมพ์ต่าง ๆ ครอบคลุมตัวแปรที่ศึกษา เพื่อใช้เป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม
2. แบบสอบถามข้อมูลพื้นฐานสร้างข้อคำถามโดยการศึกษาจากเอกสาร ตำรา และงานวิจัยต่างๆ

3. แบบสอบถามการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงและคุณภาพชีวิต สร้างขึ้นจากการศึกษางานวิจัยต่างๆ เพื่อทำความเข้าใจลักษณะของการสร้างข้อคำถามให้สัมพันธ์สอดคล้องกับตัวแปรที่จะศึกษา

4. ร่างแบบสอบถามสำหรับงานวิจัยให้ครอบคลุม สอดคล้องและสัมพันธ์กับตัวแปรที่ผู้วิจัยทำการศึกษา นำเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์เพื่อพิจารณา และทำการปรับปรุงแก้ไขแบบสอบถามตามข้อเสนอแนะของอาจารย์ที่ปรึกษา

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยและการแปลผลข้อมูล

การศึกษาวิจัยในครั้งนี้ เป็นการวิจัยการสำรวจเชิงพรรณนา โดยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างภาคสนาม ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลของประชาชนซึ่งเป็นตัวแปรอิสระตามปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส จำนวนสมาชิกครัวเรือน การได้รับข้อมูลข่าวสาร รายได้ รายจ่าย และอาชีพของประชาชน

ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของประชาชน โดยแบ่งเป็น 4 ด้าน ประกอบด้วยข้อคำถามทั้งหมด 36 ข้อ ได้แก่

ด้านร่างกาย	12 ข้อ	โดยมีข้อ 2, 5 เป็นข้อความคำถามเชิงลบ
ด้านจิตใจ	8 ข้อ	โดยมีข้อ 5 เป็นข้อความคำถามเชิงลบ
ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม	8 ข้อ	
ด้านสิ่งแวดล้อม	8 ข้อ	

เป็นคำถามให้เลือกประเมิน 5 ระดับ เพื่อวัดระดับความพึงพอใจในคุณภาพชีวิตของประชาชน สำหรับคำถามแบ่งออกเป็น 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด โดยเกณฑ์การให้คะแนนแต่ละคำตอบขึ้นอยู่กับประเภทของคำถามดังนี้

ระดับความพึงพอใจ	ข้อความเชิงบวก	ข้อความเชิงลบ
มากที่สุด	5	1
มาก	4	2
ปานกลาง	3	3
น้อย	2	4
น้อยที่สุด	1	5

เกณฑ์การแปลความหมายของค่าเฉลี่ยเป็นรายชื่อโดยการรวมคะแนน และนำคะแนนทั้งหมดมารวมกันแล้ว หาค่าด้วยจำนวนข้อของแบบทดสอบ ซึ่งได้กำหนดช่วงคะแนนและความหมายเป็น 5 ระดับ ดังนี้

- ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 4.21 - 5.00 หมายความว่า ประชาชนมีความพึงพอใจในคุณภาพชีวิตในระดับมากที่สุด

- ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 3.41 - 4.20 หมายความว่า ประชาชนมีความพึงพอใจในคุณภาพชีวิตในระดับมาก

- ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 2.61 - 3.40 หมายความว่า ประชาชนมีความพึงพอใจในคุณภาพชีวิตในระดับปานกลาง

- ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 1.81 - 2.60 หมายความว่า ประชาชนมีความพึงพอใจในคุณภาพชีวิตในระดับน้อย

- ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 1.00 - 1.80 หมายความว่า ประชาชนมีความพึงพอใจในคุณภาพชีวิตในระดับน้อยที่สุด

ตอนที่ 3 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงซึ่งเป็นตัวแปรอิสระ โดยแบ่งเป็น 5 ด้าน ตามหลักการ 3 ห่วง 2 เงื่อนไข ประกอบด้วยข้อคำถามทั้งหมด 60 ข้อ ได้แก่

ด้านความพอประมาณ	15 ข้อ	โดยมีข้อ 5, 8, 10, 13, 15 เป็นข้อความคำถามเชิงลบ
ความมีเหตุผล	10 ข้อ	โดยมีข้อ 1, 10 เป็นข้อความคำถามเชิงลบ
การมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี	10 ข้อ	โดยมีข้อ 7, 10 เป็นข้อความคำถามเชิงลบ
การมีความรู้	10 ข้อ	
การมีคุณธรรม	15 ข้อ	

เป็นคำถามให้เลือกประเมิน 5 ระดับ เพื่อวัดระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงของประชาชน สำหรับคำถามแบ่งออกเป็น 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด โดยเกณฑ์การให้คะแนนแต่ละคำตอบขึ้นอยู่กับประเภทของคำถามดังนี้

ระดับการปฏิบัติ	ข้อความเชิงบวก	ข้อความเชิงลบ
มากที่สุด	5	1
มาก	4	2
ปานกลาง	3	3
น้อย	2	4
น้อยที่สุด	1	5

เกณฑ์การแปลความหมายของค่าเฉลี่ยเป็นรายชื่อโดยการรวมคะแนน และนำคะแนนทั้งหมดมารวมกันแล้วหารด้วยจำนวนข้อของแบบทดสอบ ซึ่งได้กำหนดช่วงคะแนนและความหมายเป็น 5 ระดับ ดังนี้

- ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 4.21 - 5.00 หมายความว่า ประชาชนมีการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงในระดับมากที่สุด

- ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 3.41 - 4.20 หมายความว่า ประชาชนมีการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงในระดับมาก

- ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 2.61 - 3.40 หมายความว่า ประชาชนมีการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงในระดับปานกลาง

- ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 1.81 - 2.60 หมายความว่า ประชาชนมีการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงในระดับน้อย

- ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 1.00-1.80 หมายความว่า ประชาชนมีการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงในระดับน้อยที่สุด

ทั้งนี้ ข้อคำถามแต่ละประเด็นของแต่ละด้าน จะสร้างโดยให้มีความสอดคล้องและครอบคลุมตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยที่ได้กำหนดไว้ และให้ครอบคลุมตามเนื้อหาของการตรวจเอกสารด้วย

การทดสอบเครื่องมือ

ผู้วิจัยจะได้นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นไปตรวจสอบความเที่ยงตรง (Content Validity) และความเชื่อมั่น (Reliability) ดังนี้

1. การหาความเที่ยงตรง โดยนำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นครั้งแรกไปเสนออาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อทำการพิจารณาและตรวจดูความถูกต้องในเนื้อหาของคำถามในแต่ละข้อว่าตรงตามจุดมุ่งหมายของการวิจัยครั้งนี้หรือไม่ จากนั้นนำแบบสอบถามที่ได้รับการปรับปรุงแก้ไขมาดำเนินการต่อไป

2. การหาความเชื่อมั่น โดยนำแบบสอบถามฉบับสมบูรณ์ไปทดลองใช้ (Pretest) กับประชาชนซึ่งไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คนด้วยการให้กรอกแบบสอบถามเป็นรายบุคคลเช่นเดียวกับการใช้แบบสอบถามตามสถานการณ์จริงทุกประการ จากนั้นนำแบบสอบถามมาวิเคราะห์เป็นรายข้อและหาค่าความเชื่อมั่นโดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's

Coefficient Alpha) (บุญเรียง ขจรศิลป์, 2543) โดยอาศัยเครื่องคอมพิวเตอร์โปรแกรม SPSS for Windows เพื่อหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟา โดยได้ค่าสัมประสิทธิ์ในด้านต่าง ๆ ดังนี้

ด้านคุณภาพชีวิตของประชาชน	ได้ค่า Alpha	=	0.962
- ด้านร่างกาย		=	0.870
- ด้านจิตใจ		=	0.865
- ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม		=	0.886
- ด้านสิ่งแวดล้อม		=	0.912
ด้านการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง	ได้ค่า Alpha	=	0.958
- ด้านความพอประมาณ		=	0.830
- ด้านความมีเหตุผล		=	0.800
- ด้านการมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี		=	0.815
- ด้านการมีความรู้		=	0.894
- ด้านการคุณธรรม		=	0.921

3. ดำเนินการแก้ไขปรับปรุงข้อความในแบบสอบถามเพื่อความเหมาะสม ตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษา และทำการลงพื้นที่เพื่อเก็บข้อมูลจริงต่อไป

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้ใช้สถิติในการนำเสนอข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล รวมถึงการพิสูจน์สมมติฐาน ดังนี้

1. ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง ใช้วิธีพรรณนาประกอบตาราง แสดงค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. วิเคราะห์ระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง และคุณภาพชีวิตของกลุ่มตัวอย่าง ตำบลสุโสะ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง โดยแสดงค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

3. ทดสอบสมมติฐาน ความสามารถร่วมกันในการพยากรณ์ของปัจจัยส่วนบุคคล การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง ผู้คุณภาพชีวิตของประชาชน จากตัวแปรอิสระที่มีความสัมพันธ์กับตัวแปรตามมากที่สุด ถึงตัวแปรอิสระที่มีความสัมพันธ์กับตัวแปรตามน้อยที่สุด ด้วยการวิเคราะห์สมการถดถอยพหุแบบเป็นขั้นตอน

สำหรับค่านัยสำคัญทางสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ครั้งนี้ กำหนดไว้ที่ระดับ 0.05

ระยะเวลาที่ใช้ในการวิจัย

ระยะเวลาที่ใช้ในการวิจัย กรกฎาคม 2553 – มกราคม 2554

บทที่ 4

ผลการวิจัยและข้อวิจารณ์

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงกับคุณภาพชีวิตของประชาชนตำบลสุโตะ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง ผู้วิจัยได้แสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลในรูปแบบตารางประกอบการอธิบายซึ่งสามารถแบ่งเป็น 4 ตอนตามลำดับดังนี้

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลของประชาชนตำบลสุโตะ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงของประชาชนตำบลสุโตะ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลคุณภาพชีวิตของประชาชนตำบลสุโตะ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง

ตอนที่ 4 ผลการทดสอบสมมติฐานและข้อวิจารณ์ การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระและตัวแปรตาม ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงกับคุณภาพชีวิตของประชาชน โดยใช้การวิเคราะห์ถดถอยพหุแบบขั้นตอน

ผลการวิจัย

ตอนที่ 1 ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลของประชาชนตำบลสุโตะ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง

ปัจจัยส่วนบุคคลของประชาชนตำบลสุโตะ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง ประกอบด้วย เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพการสมรส จำนวนสมาชิกในครัวเรือน อาชีพหลัก รายได้ รายจ่าย การได้รับข้อมูลข่าวสารเรื่องเศรษฐกิจพอเพียง ปรากฏผลในตารางที่ 2 ดังนี้

ตารางที่ 2 แสดงจำนวนและร้อยละของปัจจัยส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง

(n=311)

ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน (คน)	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	197	63.3
หญิง	114	36.7
อายุ (ต่ำสุด 20 ปี, สูงสุด 60 ปี)		
20 - 30 ปี	26	8.4
31 - 40 ปี	66	21.2
41 - 50 ปี	97	31.2
51 - 60 ปี	122	39.2
อายุเฉลี่ย 45.57 ปี		
ระดับการศึกษา		
ประถมศึกษาหรือต่ำกว่า	129	41.5
มัธยมศึกษา / ปวช.	113	36.3
อนุปริญญา / ปวส.	41	13.2
ปริญญาตรี	26	8.4
ปริญญาโท หรือสูงกว่า	2	0.6

ตารางที่ 2 (ต่อ)

(n=311)

ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน (คน)	ร้อยละ
สถานภาพการสมรส		
โสด	49	15.8
สมรส	254	81.7
หม้าย	6	1.9
หย่าร้าง	2	0.6
จำนวนสมาชิกในครัวเรือน (น้อยสุด 2 คน, สูงสุด 12 คน)		
สมาชิกในครัวเรือน 1 - 3 คน	37	11.9
สมาชิกในครัวเรือน 4 - 6 คน	208	66.9
สมาชิกในครัวเรือน 7 - 9 คน	60	19.3
สมาชิกในครัวเรือน 10 - 12 คน	6	1.9
จำนวนสมาชิกในครัวเรือนเฉลี่ย 5.29 คน		
อาชีพหลัก		
ทำสวนยางพารา	273	87.8
ค้าขาย	15	4.8
รับจ้างทั่วไป	7	2.3
ประกอบธุรกิจส่วนตัว	8	2.6
ทำนาถ้าง	1	0.3
รับราชการ	7	2.3
รายได้ต่อเดือน (ต่ำสุด 3,000 บาท, สูงสุด 80,000 บาท)		
น้อยกว่า 10,000 บาท	89	28.6
10,001 – 20,000 บาท	158	50.8
20,001 – 30,000 บาท	42	13.5
มากกว่า 30,000 บาท	22	7.1
รายได้ต่อเดือนเฉลี่ย 18,427.91 บาท		

ตารางที่ 2 (ต่อ)

(n = 311)		
ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน (คน)	ร้อยละ
รายจ่ายต่อเดือน (ต่ำสุด 2,500บาท, สูงสุด 75,000 บาท)		
น้อยกว่า 10,000 บาท	129	41.5
10,001 – 20,000 บาท	155	49.8
20,001 – 30,000 บาท	21	6.8
มากกว่า 30,000 บาท	6	1.9
รายจ่ายต่อเดือนเฉลี่ย 13,019.94 บาท		
การได้รับข้อมูลข่าวสารเรื่องเศรษฐกิจพอเพียง		
ไม่เคยได้รับ	4	1.3
ได้รับข้อมูลข่าวสาร	307	98.7

จากตารางที่ 2 แสดงให้เห็นว่า กลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษา ส่วนใหญ่เป็นเพศชาย มีอายุระหว่าง 41-60 ปี มีการศึกษาระดับชั้นประถมศึกษาหรือต่ำกว่า มีสถานภาพสมรสแล้ว มีจำนวนสมาชิกในครัวเรือน 4 – 6 คน อาชีพหลักทำสวนยางพารา มีรายได้ต่อเดือนเฉลี่ย 18,427.91 บาท รายจ่ายต่อเดือนเฉลี่ย 13,019.94 บาท และส่วนใหญ่เคยได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงของประชาชนตำบลสุโสะ อำเภอบะเหลียน จังหวัดตรัง

ในตอนี่ 2 เป็นการวิเคราะห์ระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง 5 ด้าน คือ ด้านความพอประมาณ ด้านความมีเหตุผล ด้านการมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี ด้านการมีความรู้ และด้านการมีคุณธรรม ซึ่งแสดงไว้ดังตารางที่ 3, 4, 5, 6, 7, 8, และ 9

ตารางที่ 3 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง
ของประชาชน ด้านความพอประมาณ

ลำดับ	การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง ด้านความพอประมาณ	ระดับการปฏิบัติ		
		\bar{X}	S.D.	ระดับ
1	ท่านไม่กู้เงินนอกระบบ เพื่อนำมาเป็น ค่าใช้จ่ายในครอบครัว	4.19	1.100	มาก
2*	ท่านนำเงินไปซื้อหอยหรือลือตเตอร์รี่	4.14	0.693	มาก
3	ท่านรับประทานอาหารที่บ้านเป็นประจำ	4.08	0.520	มาก
4	ท่านเลือกใช้สินค้าที่ใช้ในชีวิตประจำวันที่มี ราคาเหมาะสม	4.06	0.492	มาก
5*	ท่านมักจะซื้อข้าวของเครื่องใช้ที่อำนวยความสะดวก สะดวกโดยการกู้หนี้ยืมสินหรือการซื้อของเงิน ผ่อน เช่น เครื่องซักผ้า โทรศัทพ์มือถือ เป็นต้น	4.01	0.447	มาก
6	ท่านไม่ซื้อสินค้าที่เกินความจำเป็น	3.87	0.705	มาก
7*	บ้านเรือนของท่านสร้างขึ้นและตกแต่งจาก วัสดุที่มีราคาแพง	3.84	0.560	มาก
8*	ท่านคิด อยากได้สิ่งต่างๆ เหมือนที่คนอื่นๆ เขา มีกัน	3.70	0.654	มาก
9	ท่านสอนลูกหลานให้ใช้จ่ายแต่เรื่องจำเป็น รู้จักประมาณตนเองในทุกเรื่อง	3.60	0.754	มาก
10	ท่านซื้อสิ่งของฟุ่มเฟือยน้อยลงแม้ว่าจะมี รายได้เพียงพอที่ซื้อได้	3.48	0.782	มาก
11	ท่านนำวัตถุดิบในท้องถิ่นมาประกอบอาหาร โดยไม่ต้องซื้อหา	3.40	0.673	ปานกลาง
12	ท่านปลูกพืชผักสวนครัว ไว้เพื่อรับประทานใน ครอบครัว	3.30	0.748	ปานกลาง
13*	ท่านพูดหรือคิด เปรียบเทียบฐานะของตนเอง กับคนอื่นๆ อยู่เสมอ	3.25	0.582	ปานกลาง

ตารางที่ 3 (ต่อ)

ลำดับ	การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง ด้านความพอประมาณ	ระดับการปฏิบัติ		
		\bar{X}	S.D.	ระดับ
14	ท่านซ่อมแซมเสื้อผ้า, ซ้ำวของเครื่องใช้ต่าง ๆ ที่ชำรุดเพื่อนำกลับมาใช้อีกครั้ง โดยไม่ต้องซื้อ ใหม่	3.20	0.625	ปานกลาง
15	ท่านมีรายได้ที่ได้รับพอดีกับรายจ่าย	3.06	0.655	ปานกลาง
รวม		3.68	0.254	มาก

* ข้อความคำถามเชิงลบ

จากตารางที่ 3 พบว่า คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง มีระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงด้านความพอประมาณ โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.68 และเมื่อพิจารณาลำดับระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงด้านความพอประมาณ จากมากที่สุดไปหาน้อยที่สุด ในแต่ละข้อ ปรากฏว่าข้อที่มีระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงด้านความพอประมาณมากที่สุด ลำดับ 1 คือ ท่านไม่กู้เงินเงินนอกระบบ เพื่อนำมาเป็นค่าใช้จ่ายในครอบครัว มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.19 ลำดับ 2 คือ ท่านนำเงินไปซื้อหอยหรือสัตว์เดือรี่ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.14 ลำดับ 3 คือ ท่านรับประทานอาหารที่บ้านเป็นประจำ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.08 ลำดับ 4 คือ ท่านเลือกใช้สินค้าที่ใช้ในชีวิตประจำวันที่มีราคาเหมาะสม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.06 ลำดับ 5 คือ ท่านมักจะซื้อข้าวของเครื่องใช้ที่อำนวยความสะดวกโดยการกู้หนี้ยืมสินหรือการซื้อของเงินผ่อน เช่น เครื่องซักผ้า โทรศัพท์มือถือ เป็นต้น มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.01 และข้อที่มีระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงด้านความพอประมาณน้อยที่สุด คือ ท่านมีรายได้ที่ได้รับพอดีกับรายจ่าย มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.06

ตารางที่ 4 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงของประชาชน ด้านความมีเหตุผล

ลำดับ	การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง ด้านความมีเหตุผล	ระดับการปฏิบัติ		
		\bar{X}	S.D.	ระดับ
1	ท่านประหยัดโดยใช้แรงงานในครอบครัว ช่วยทำงาน แทนการจ้างผู้อื่น	4.01	0.606	มาก
2	เมื่อมีปัญหาในครอบครัวท่านจะใช้วิธีการแก้ไข อย่างมีเหตุมีผล	4.00	0.451	มาก
3	ท่านมีการพิจารณาอย่างรอบคอบก่อนที่จะ ตัดสินใจใช้จ่ายและพิจารณาทางเลือกที่มีเหตุผล และประหยัดอยู่เสมอ	3.85	0.501	มาก
4	เมื่อสมาชิกในครอบครัวของท่านเจ็บป่วยท่านได้ เลือกเข้ารับการรักษาพยาบาลที่โรงพยาบาลของ รัฐบาล	3.77	0.822	มาก
5	ท่านใช้บริการซื้อสินค้าเงินสด	3.54	0.810	มาก
6*	ท่านทำเรื่องต่าง ๆ ตามอารมณ์ของตนเอง มากกว่าใช้เหตุผล	3.53	0.694	มาก
7	ท่านยอมรับผลที่เกิดขึ้นจากการตัดสินใจของ ท่านในเรื่องต่างๆ	3.31	0.503	ปานกลาง
8	ท่านมีการวางแผนเรื่องรายรับและรายจ่ายของ ครอบครัวเสมอ	3.25	0.508	ปานกลาง
9	ท่านมีการใช้ปุ๋ยชีวภาพ ปุ๋ยหมัก ปุ๋ยคอก มูลสัตว์ ต่างๆ หรือทำปุ๋ยชีวภาพ ทำปุ๋ยหมักทำปุ๋ยพืชสด ฯลฯ ไว้ใช้เอง และลดปริมาณการใช้ปุ๋ยเคมี	2.83	0.610	ปานกลาง
10*	เมื่อสมาชิกในครอบครัวเจ็บป่วยท่านเลือกที่จะ เข้ารับการรักษาพยาบาลจากโรงพยาบาลของ เอกชน / คลินิก	2.82	0.826	ปานกลาง
รวม		3.49	0.287	มาก

จากตารางที่ 4 พบว่า คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างมีระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงด้านการมีเหตุผลโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.49 และเมื่อพิจารณาลำดับระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงด้านการมีเหตุผล จากมากที่สุดไปหาน้อยที่สุด ในแต่ละข้อ ปรากฏว่า ข้อที่มีระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงด้านการมีเหตุผล มากที่สุด ลำดับ 1 คือ ท่านประหยัดโดยใช้แรงงานในครอบครัวช่วยทำงาน แทนการจ้างผู้อื่น มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.01 ลำดับ 2 คือ เมื่อมีปัญหาในครอบครัวท่านจะใช้วิธีการแก้ไขอย่างมีเหตุมีผล มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.00 ลำดับ 3 คือ ท่านมีการพิจารณาอย่างรอบคอบก่อนที่จะตัดสินใจใช้จ่ายและพิจารณาทางเลือกที่มีเหตุผลและประหยัดอยู่เสมอ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.85 ลำดับ 4 คือ เมื่อสมาชิกในครอบครัวของท่านเจ็บป่วยท่านได้เลือกเข้ารับการรักษาพยาบาลที่โรงพยาบาลของรัฐบาล มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.77 ลำดับ 5 คือ ท่านใช้บริการซื้อสินค้าเงินสด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.54 และข้อที่มีระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงด้านความมีเหตุผลน้อยที่สุด คือเมื่อสมาชิกในครอบครัวเจ็บป่วยท่านเลือกที่จะเข้ารับการรักษาพยาบาลจากโรงพยาบาลของเอกชน/คลินิก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.82

ตารางที่ 5 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงของประชาชน ด้านการมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี

ลำดับ	การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง ด้านการมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี	ระดับการปฏิบัติ		
		\bar{X}	S.D.	ระดับ
1	ท่านลด ละ เลิก เหล้า บุหรี่ และอบายมุข	4.63	0.755	มากที่สุด
2*	เมื่อสมาชิกในครอบครัวเจ็บป่วยท่านต้องกู้ยืมเงินมาเพื่อรักษาพยาบาล	3.92	0.554	มาก
3	ปัจจุบันบ้านเรือนของท่านมีความแข็งแรง ทนทาน	3.68	0.599	มาก
4	ท่านออกกำลังกายเป็นประจำเพื่อการมีสุขภาพแข็งแรง	3.58	0.648	มาก
5	ท่านสร้างการเรียนรู้ภูมิคุ้มกันที่ดีให้สมาชิก เช่น การออมเงินเพื่อลงทุน การสร้างครอบครัวที่อบอุ่น การช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ฯลฯ	3.48	0.532	มาก
6	ท่านใช้จ่ายน้อยกว่ารายได้ที่รับเพื่อเหลือเงินออม	3.33	0.629	ปานกลาง

ตารางที่ 5 (ต่อ)

ลำดับ	การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง ด้านการมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี	ระดับการปฏิบัติ		
		\bar{X}	S.D.	ระดับ
7	ท่านมีเงินออมเพื่อใช้จ่ายยามจำเป็น	2.88	0.709	ปานกลาง
8	ท่านมีการถนอมอาหารเพื่อไว้บริโภค เช่น การแปรรูปประเภทผลไม้และอาหารต่างๆ	2.80	0.489	ปานกลาง
9	ท่านจัดทำบัญชีรายรับ-รายจ่ายหรือวางแผนการใช้จ่าย	2.76	0.719	ปานกลาง
*10	ท่านมีความรู้สึกกังวลในเรื่องอนาคตทางการเงินอยู่เสมอ	2.74	0.899	ปานกลาง
รวม		3.38	0.273	ปานกลาง

* ข้อความคำถามเชิงลบ

จากตารางที่ 5 พบว่า คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างมีระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงด้านการมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี โดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.38 และเมื่อพิจารณาลำดับระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงด้านการมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีจากมากที่สุดไปหาน้อยที่สุด ในแต่ละข้อปรากฏว่า ข้อที่มีระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงด้านการมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี มากที่สุด ลำดับ 1 คือ ท่านลด ละ เลิก เหล้า บุหรี่ และอบายมุข มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.63 ลำดับ 2 คือ เมื่อสมาชิกในครอบครัวเจ็บป่วยท่านต้องกู้ยืมเงินมาเพื่อรักษาพยาบาล มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.92 ลำดับ 3 คือ ปัจจุบันบ้านเรือนของท่านมีความแข็งแรง ทนทาน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.68 ลำดับ 4 คือ ท่านออกกำลังกายเป็นประจำเพื่อการมีสุขภาพแข็งแรง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.58 ลำดับ 5 คือ ท่านสร้างการเรียนรู้ภูมิคุ้มกันที่ดีให้สมาชิก เช่น การออมเงินเพื่อลงทุน การสร้างครอบครัวที่อบอุ่น การช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ฯลฯ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.48 และข้อที่มีระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงด้านการมีภูมิคุ้มกันในตัวที่น้อยที่สุด คือท่านมีความรู้สึกกังวลในเรื่องอนาคตทางการเงินอยู่เสมอ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.74

ตารางที่ 6 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงของประชาชน ด้านการมีความรู้

ลำดับ	การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง ด้านการมีความรู้	ระดับการปฏิบัติ		
		\bar{X}	S.D.	ระดับ
1	ท่านใช้ชีวิตอย่างพอเพียง ประหยัด อดออม ไม่ฟุ่มเฟือย โดยเน้นการดำเนินชีวิตตามแนวพระราชดำริของในหลวง	4.04	0.516	มาก
2	ท่านมีการประหยัดพลังงาน เช่น ประปา ไฟฟ้า โทรศัพท์ น้ำมันเชื้อเพลิง หรือใช้น้ำมันทดแทนที่มีราคาถูก	3.88	0.667	มาก
3	ท่านนำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตของท่านในทุกๆ ด้าน	3.86	0.607	มาก
4	ท่านประกอบอาชีพโดยคำนึงถึงการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและสภาพแวดล้อม	3.79	0.572	มาก
5	ท่านค้นคว้าหาความรู้ที่เกี่ยวข้องกับอาชีพและการดำเนินชีวิตอย่างต่อเนื่อง และนำมาประยุกต์กับตนเองและครอบครัว	3.71	0.509	มาก
6	ท่านสนับสนุนให้บุตรหลานสืบทอดภูมิปัญญาของครัวเรือน/ชุมชน เช่น เทคนิคต่างๆ ในการประกอบอาชีพ การใช้สมุนไพร งานช่างฝีมือหัตถกรรมต่างๆ ฯลฯ	3.54	0.698	มาก
7	ท่านประกอบอาชีพเสริมภายในพื้นที่บริเวณที่พักอาศัย เช่น ปลูกผักสวนครัวเลี้ยงปลา เลี้ยงไก่ ฯลฯ เพื่อลดค่าใช้จ่ายในครอบครัว เป็นการอยู่อย่างพอเพียง	3.44	0.702	มาก
8	ท่านมีการรับรู้ถึงการเปลี่ยนแปลงของสังคมอยู่เสมอ	3.41	0.572	มาก
9	เพื่อนบ้านมักขอคำแนะนำ /ปรึกษาปัญหาต่างๆ กับท่านอยู่เสมอ	3.21	0.454	ปานกลาง
10	ท่านมักนำความรู้ใหม่ๆ ที่ได้มาปรับปรุงการประกอบอาชีพให้ดีขึ้น	3.13	0.412	ปานกลาง
รวม		3.60	0.355	มาก

จากตารางที่ 6 พบว่า คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างมีระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงด้านการมีความรู้ โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.60 และเมื่อพิจารณาลำดับระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงด้านการมีความรู้ จากมากที่สุดไปหาน้อยที่สุดในแต่ละข้อ ปรากฏว่า ข้อที่มีระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงด้านการมีความรู้มากที่สุด ลำดับ 1 คือ ท่านใช้ชีวิตอย่างพอเพียง ประหยัด อุดม ไม่ฟุ่มเฟือย โดยเน้นการดำเนินชีวิตตามแนวพระราชดำริของในหลวง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.04 ลำดับ 2 คือ ท่านมีการประหยัดพลังงาน เช่น ประปา ไฟฟ้า โทรศัพท์ น้ำมันเชื้อเพลิง หรือใช้น้ำมันทดแทนที่มีราคาถูก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.88 ลำดับ 3 คือ ท่านนำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตของท่านในทุกๆ ด้าน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.86 ลำดับ 4 คือ ท่านประกอบอาชีพโดยคำนึงถึงการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและสภาพแวดล้อม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.79 ลำดับ 5 คือ ท่านค้นคว้าหาความรู้ที่เกี่ยวข้องกับอาชีพและการดำเนินชีวิตอย่างต่อเนื่อง และนำมาประยุกต์กับตนเองและครอบครัว มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.71 และข้อที่มีระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงด้านการมีความรู้ น้อยที่สุด คือ ท่านมักนำความรู้ใหม่ๆ ที่ได้มาปรับปรุงการประกอบอาชีพให้ดีขึ้น มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.13

ตารางที่ 7 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงของประชาชน ด้านการมีคุณธรรม

ลำดับ	การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงด้านการคุณธรรม	ระดับการปฏิบัติ		
		\bar{X}	S.D.	ระดับ
1	ท่านมีจิตใจเอื้ออาทรและช่วยเหลือเกื้อกูลกันในสังคม	4.18	0.506	มาก
2	สมาชิกในครอบครัวของท่านเคารพ ในสิทธิ เสรีภาพซึ่งกันและกัน	4.03	0.513	มาก
3	ท่านเป็นคนที่มีความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น	4.03	0.514	มาก
4	เมื่อมีข้อขัดแย้งท่านเลือกใช้การแก้ปัญหาด้วยสันติวิธี	4.01	0.461	มาก
5	สมาชิกในครอบครัวของท่านมีความห่วงใย เอาใจใส่กันซึ่งกันและกันช่วยเหลือซึ่งกันและกันเมื่อมีปัญหา	4.00	0.451	มาก
6	ท่านมีการกระทำอันคำนึงถึงผลประโยชน์ของส่วนรวมเป็นหลัก	4.00	0.389	มาก

ตารางที่ 7 (ต่อ)

ลำดับ	การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง ด้านการคุณธรรม	ระดับการปฏิบัติ		
		\bar{X}	S.D.	ระดับ
7	ท่านรู้จักช่วยเหลือเพื่อนบ้านยามประสบภัยต่างๆ หรือโอกาสอื่นๆ ตามสมควร	3.95	0.466	มาก
8	ท่านส่งเสริมการรู้จักสามัคคีร่วมพลังกันเพื่อทำกิจกรรมในครอบครัวและในสังคม	3.92	0.444	มาก
9	ท่านมีความสามารถในการปรับตัวให้อยู่ร่วมกันกับเพื่อนบ้านและชุมชนที่ท่านอาศัยอยู่ได้	3.90	0.556	มาก
10	ท่านให้บุตรหลานเข้าร่วมกิจกรรมตามหลักศาสนา ประเพณี และวัฒนธรรมท้องถิ่นอยู่เป็นประจำ	3.87	0.732	มาก
11	ท่านช่วยเหลือกันในกลุ่มผู้ประกอบอาชีพเดียวกันช่วยให้เกิดความเข้มแข็งและรักใคร่สามัคคีกัน	3.86	0.490	มาก
12	ท่านปฏิบัติตนเป็นพลเมืองที่ดีเพื่อเป็นแบบอย่างที่ดีให้แก่เยาวชน	3.83	0.636	มาก
13	ท่านรู้จักการประมาณตนเพราะสอดคล้องกับหลักศาสนาของท่าน	3.62	0.722	มาก
14	ท่านเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ของสังคมอย่างสม่ำเสมอ	3.32	0.643	ปานกลาง
15	เมื่อเกิดปัญหาความไม่สบายใจ สมาชิกในครอบครัวจะนำหลักศาสนามาช่วยคิดแก้ปัญหา	3.28	0.712	ปานกลาง
รวม		3.85	0.357	มาก

จากตารางที่ 7 พบว่า คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างมีระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงด้านการมีคุณธรรม โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.85 และเมื่อพิจารณาลำดับระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงด้านการมีคุณธรรม จากมากที่สุดไปหาน้อยที่สุดในแต่ละข้อ ปรากฏว่า ข้อที่มีระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงด้านการมีคุณธรรมมากที่สุด ลำดับ 1 คือ ท่านมีจิตใจเอื้ออาทรและช่วยเหลือเกื้อกูลกันในสังคม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.18 ลำดับ 2 มี 2 ข้อ คือ ท่านสมาชิกในครอบครัวของท่านเคารพ ในสิทธิ เสรีภาพซึ่งกันและกัน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.03 และท่านเป็นคนที่มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.03 เช่นกัน

ลำดับ 3 คือ เมื่อมีข้อขัดแย้งท่านเลือกใช้การแก้ปัญหาด้วยสันติวิธี มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.01 ลำดับ 4 มี 2 ข้อ คือ ท่านมีการกระทำอันคำนึงถึงผลประโยชน์ของส่วนรวมเป็นหลัก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.00 และ สมาชิกในครอบครัวของท่านมีความห่วงใย เอาใจใส่กันซึ่งกันและกันช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เมื่อมีปัญหา มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.00 เช่นกัน ลำดับ 5 คือ ท่านรู้จักช่วยเหลือเพื่อนบ้านยามประสบภัยต่างๆ หรือโอกาสอื่นๆ ตามสมควร มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.95 และ ข้อที่มีระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงด้านการมีคุณธรรมน้อยที่สุด คือ เมื่อเกิดปัญหาความไม่สบายใจ สมาชิกในครอบครัวจะนำหลักศาสนามาช่วยคิดแก้ปัญหา มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.28

ตารางที่ 8 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง
ของประชาชนในภาพรวม

การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง ในภาพรวม 5 ด้าน	ระดับการปฏิบัติ		
	\bar{X}	S.D.	ระดับ
ด้านการมีคุณธรรม	3.85	0.357	มาก
ด้านความพอประมาณ	3.68	0.254	มาก
ด้านการมีความรู้	3.60	0.355	มาก
ด้านความมีเหตุผล	3.49	0.287	มาก
ด้านการมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี	3.38	0.273	ปานกลาง
รวม	3.60	0.220	มาก

จากตารางที่ 8 พบว่า คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง มีระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงทั้ง 5 ด้าน โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.60 และเมื่อพิจารณาลำดับระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงทั้ง 5 ด้าน จากมากที่สุดไปหาน้อยที่สุด ในแต่ละด้าน ปรากฏว่า ด้านที่มีการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงมากที่สุด คือ ด้านการมีคุณธรรม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.85 ลำดับ 2 คือ ด้านความพอประมาณ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.68 ลำดับ 3 คือ ด้านการมีความรู้ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.60 ลำดับ 4 คือ ด้านความมีเหตุผล มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.49 และด้านที่มีระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงน้อยที่สุด คือ ด้านการมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.38

ตารางที่ 9 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง 5 ระดับ

ระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง	จำนวน(คน)	ร้อยละ
ระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงมาก	276	88.7
ระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงปานกลาง	32	10.3
ระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงมากที่สุด	3	1.0
ระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงน้อย	0	0.0
ระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงน้อยที่สุด	0	0.0
รวม	311	100.0

จากตารางที่ 9 พบว่า คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง มีระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก คือ ร้อยละ 88.7 รองลงมามีระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงปานกลางคือร้อยละ 10.3 และลำดับสุดท้ายมีระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงมากที่สุด คือ ร้อยละ 1.0

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลคุณภาพชีวิตของประชาชน

ในตอนที่ 3 เป็นการวิเคราะห์ระดับความพึงพอใจในคุณภาพชีวิตของประชาชน 4 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อม ซึ่งแสดงไว้ดังตารางที่ 10, 11, 12, 13, 14 และ 15

ตารางที่ 10 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของคุณภาพชีวิตของประชาชนด้านร่างกาย

ข้อ	คุณภาพชีวิตของประชาชน ด้านร่างกาย	ระดับความพึงพอใจ		
		\bar{X}	S.D.	ระดับ
1	ท่านใช้ชีวิตโดยไม่เกี่ยวข้องกับอบายมุขและสิ่งเสพติด	4.79	0.523	มากที่สุด
2	ท่านพอใจกับสุขภาพของท่านมากน้อยเพียงใด	4.32	0.739	มากที่สุด
3	ท่านและสมาชิกในครอบครัวของท่านบริโภคอาหารครบ 3 มื้อในแต่ละวัน	4.13	0.517	มาก
4*	การเจ็บปวดตามร่างกาย เช่น ปวดหัว ปวดท้อง ปวดตามตัว ทำให้ท่านไม่สามารถทำในสิ่งที่ต้องการ	3.86	1.156	มาก
5	ท่านพอใจกับการนอนหลับของท่าน	3.77	0.508	มาก
6	ท่านมีความพึงพอใจต่อเครื่องอำนวยความสะดวกในที่อยู่อาศัยของท่าน	3.77	0.551	มาก
7*	ท่านจำเป็นต้องไปรับการรักษาพยาบาล เพื่อที่จะทำงาน หรือมีชีวิตอยู่ไปได้ในแต่ละวัน	3.73	0.716	มาก
8	ท่านมีกำลังเพียงพอที่จะทำสิ่งต่าง ๆ ในแต่ละวันใหม่	3.71	0.513	มาก
9	ท่านและสมาชิกในครอบครัวมีการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ	3.49	0.621	มาก
10	ท่านและสมาชิกในครอบครัวมีการบริโภคอาหารที่ปลอดภัยปราศจากสารพิษต่าง ๆ	3.46	0.593	มาก
11	ท่านและสมาชิกในครอบครัวมีความรู้เบื้องต้นในการป้องกันตนเองให้ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ	3.32	0.499	ปานกลาง
12	ท่านและสมาชิกในครอบครัวมีการพูดคุยถึงการดูแลรักษาสุขภาพของตนเองอย่างสม่ำเสมอ	3.32	0.525	ปานกลาง
รวม		3.81	0.275	มาก

* ข้อความคำถามเชิงลบ

จากตารางที่ 10 พบว่า คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง มีระดับความพึงพอใจในคุณภาพชีวิตด้านร่างกาย โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.81 และเมื่อพิจารณาลำดับระดับความพึงพอใจในคุณภาพชีวิตด้านร่างกาย จากมากที่สุดไปหาน้อยที่สุด ในแต่ละข้อ ปรากฏว่า ข้อที่มีระดับความพึงพอใจในคุณภาพชีวิตด้านร่างกาย มากที่สุด ลำดับ 1 คือ ท่านใช้ชีวิตโดยไม่เกี่ยวข้องกับอบายมุขและสิ่งเสพติด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.79 ลำดับ 2 คือ ท่านพอใจกับสุขภาพของท่านมากน้อยเพียงใด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.32 ลำดับ 3 คือ ท่านและสมาชิกในครอบครัวของท่านบริโภคอาหารครบ 3 มื้อในแต่ละวันมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.13 ลำดับ 4 คือ การเจ็บปวดตามร่างกาย เช่น ปวดหัว ปวดท้อง ปวดตามตัว ทำให้ท่าน ไม่สามารถทำในสิ่งที่ต้องการมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.86 ลำดับ 5 มี 2 ข้อ คือ ท่านพอใจกับการนอนหลับของท่าน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.77 ท่านมีความพึงพอใจต่อเครื่องอำนวยความสะดวกในที่อยู่อาศัยของท่าน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.77 เช่นกัน และลำดับ 10 ข้อที่มีระดับความพึงพอใจในคุณภาพชีวิตด้านร่างกาย น้อยที่สุดมี 2 ข้อ คือ ท่านและสมาชิกในครอบครัวมีความรู้เบื้องต้นในการป้องกันตนเองให้ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.32 และ ท่านและสมาชิกในครอบครัวมีการพูดคุยถึงการดูแลสุขภาพสภาพของตนเองอย่างสม่ำเสมอ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.32 เช่นกัน

ตารางที่ 11 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของคุณภาพชีวิตของประชาชนด้านจิตใจ

ข้อ	คุณภาพชีวิตของประชาชน ด้านจิตใจ	ระดับความพึงพอใจ		
		\bar{X}	S.D.	ระดับ
1	ท่านรู้สึกพึงพอใจในชีวิต เช่น มีความสุข ความสงบ มีหวัง	4.43	0.705	มากที่สุด
2*	ท่านมีความรู้สึกไม่ดี เช่น รู้สึกเหงา เศร้า หดหู่ สิ้นหวัง วิตกกังวล	4.23	0.654	มากที่สุด
3	ท่านมีความพึงพอใจต่อการได้รับความรักจากสมาชิก ในครอบครัว	4.11	0.715	มาก
4	แม้ท่านจะไม่มีทรัพย์สินมากเท่ากับเพื่อนบ้านแต่ท่านก็พอใจที่ไม่ต้องเป็นหนี้ผู้อื่น	3.96	0.491	มาก
5	ท่านพอใจต่อการผูกมิตรหรือเข้ากับคนอื่นในสังคม	3.89	0.436	มาก

ตารางที่ 11 (ต่อ)

ข้อ	คุณภาพชีวิตของประชาชน ด้านจิตใจ	ระดับความพึงพอใจ		
		\bar{X}	S.D.	ระดับ
6	ท่านมีสมาธิในการทำงานต่าง ๆ ดีเพียงใด	3.80	0.439	มาก
7	ท่านมีโอกาสได้พักผ่อนคลายเครียด	3.75	0.628	มาก
8	ความเชื่อในศาสนาของท่านมีผลต่อการดำเนินชีวิต ของท่าน	3.14	0.552	ปานกลาง
	รวม	3.91	0.348	มาก

* ข้อความคำถามเชิงลบ

จากตารางที่ 11 พบว่า คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง มีระดับความพึงพอใจในคุณภาพชีวิตด้านจิตใจโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.91 และเมื่อพิจารณาลำดับระดับความพึงพอใจในคุณภาพชีวิตด้านจิตใจ จากมากที่สุดไปหาน้อยที่สุด ในแต่ละข้อ ปรากฏว่า ข้อที่มีระดับความพึงพอใจในคุณภาพชีวิตด้านจิตใจมากที่สุด ลำดับ 1 คือ ท่านรู้สึกพึงพอใจในชีวิต เช่น มีความสุข ความสงบ มีหวัง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.43 ลำดับ 2 คือ ท่านมีความรู้สึกไม่ดี เช่น รู้สึกเหงา เศร้า หดหู่ สิ้นหวัง วิตกกังวล มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.23 ลำดับ 3 คือ ท่านมีความพึงพอใจต่อการได้รับความรักจากสมาชิก ในครอบครัว มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.11 ลำดับ 4 คือ แม้ท่านจะไม่มีทรัพย์สินมากเท่ากับเพื่อนบ้านแต่ท่านก็พอใจที่ไม่ต้องเป็นหนี้ผู้อื่น มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.96 ลำดับ 5 คือ ท่านมีความรู้สึกไม่ดี เช่น รู้สึกเหงา เศร้า หดหู่ สิ้นหวัง วิตกกังวล มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.89 และข้อที่มีระดับความพึงพอใจในคุณภาพชีวิตด้านจิตใจ น้อยที่สุด ลำดับ 8 คือ ความเชื่อในศาสนาของท่านมีผลต่อการดำเนินชีวิตของท่าน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.14

ตารางที่ 12 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของคุณภาพชีวิตของประชาชน
ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม

ข้อ	คุณภาพชีวิตของประชาชน ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม	ระดับความพึงพอใจ		
		\bar{X}	S.D.	ระดับ
1	ท่านรู้สึกว่าคุณภาพชีวิตมีความหมาย	4.15	0.472	มาก
2	ท่านพอใจในชีวิตทางเพศของท่าน	4.03	0.520	มาก
3	ท่านมีความพึงพอใจต่อความสัมพันธ์กับผู้อื่นใน ชุมชน	3.81	0.451	มาก
4	ท่านพอใจกับการช่วยเหลือที่เคยได้รับจากเพื่อนบ้าน	3.79	0.457	มาก
5	ท่านรู้สึกว่าคุณภาพชีวิตมีความมั่นคงปลอดภัยในแต่ละวัน	3.39	0.539	ปานกลาง
6	ท่านได้รู้เรื่องราวข่าวสารที่จำเป็นในชีวิตแต่ละวัน	3.36	0.527	ปานกลาง
7	สมาชิกในครอบครัวของท่านมีการสื่อสารและทำ กิจกรรมร่วมกันสม่ำเสมอ	3.35	0.582	ปานกลาง
8	ท่านได้รับการชักชวนและเข้าร่วมกิจกรรมในชุมชน เสมอ	3.30	0.523	ปานกลาง
รวม		3.65	0.343	มาก

จากตารางที่ 12 พบว่า คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง มีระดับความพึงพอใจในคุณภาพชีวิตด้านความสัมพันธ์ทางสังคมโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.65 และเมื่อพิจารณาลำดับระดับความพึงพอใจในคุณภาพชีวิตด้านความสัมพันธ์ทางสังคม จากมากที่สุดไปหาน้อยที่สุดในแต่ละข้อ ปรากฏว่า ข้อที่มีระดับความพึงพอใจในคุณภาพชีวิตด้านความสัมพันธ์ทางสังคมมากที่สุด ลำดับ 1 คือ ท่านรู้สึกว่าคุณภาพชีวิตมีความหมาย มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.15 ลำดับ 2 คือ ท่านพอใจในชีวิตทางเพศของท่าน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.03 ลำดับ 3 คือ ท่านมีความพึงพอใจต่อความสัมพันธ์กับผู้อื่นในชุมชน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.81 ลำดับ 4 คือ ท่านพอใจกับการช่วยเหลือที่เคยได้รับจากเพื่อนบ้าน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.79 ลำดับ 5 คือ ท่านรู้สึกว่าคุณภาพชีวิตมีความมั่นคงปลอดภัยในแต่ละวัน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.39 และข้อที่มีระดับความพึงพอใจในคุณภาพชีวิตด้านความสัมพันธ์ทางสังคมน้อยที่สุด ลำดับ 8 คือ ท่านได้รับการชักชวนและเข้าร่วมกิจกรรมในชุมชนเสมอ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.30

ตารางที่ 13 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของคุณภาพชีวิตของประชาชน
ด้านสิ่งแวดล้อม

ข้อ	คุณภาพชีวิตของประชาชน ด้านสิ่งแวดล้อม	ระดับความพึงพอใจ		
		\bar{X}	S.D.	ระดับ
1	ท่านพอใจกับสภาพบ้านเรือนที่อยู่ตอนนี้	3.80	0.550	มาก
2	ท่านร่วมดูแลและรักษาสถาปัตยกรรมประโชชน์ต่างๆ ของชุมชน	3.80	0.487	มาก
3	ท่านคิดว่าท่านมีคุณภาพชีวิต อยู่ในระดับใด	3.78	0.541	มาก
4	สภาพแวดล้อมปัจจุบันดีต่อสุขภาพร่างกายของท่าน	3.73	0.473	มาก
5	ท่านมีความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในชุมชนของท่าน	3.70	0.535	มาก
6	ท่านพอใจกับเส้นทางในการเดินทางไปไหนมาไหนของท่าน	3.64	0.578	มาก
7	ท่านรู้สึกมีความมั่นคงปลอดภัยเมื่อเดินทางภายในชุมชน	3.58	0.550	มาก
8	ท่านมีความพึงพอใจที่ได้รับการยอมรับนับถือจากผู้อื่นในชุมชน	3.45	0.593	มาก
รวม		3.69	0.330	มาก

จากตารางที่ 13 พบว่า คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง มีระดับความพึงพอใจในคุณภาพชีวิตด้านสิ่งแวดล้อม โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.69 และเมื่อพิจารณาลำดับระดับความพึงพอใจในคุณภาพชีวิตด้านสิ่งแวดล้อม จากมากที่สุดไปหาน้อยที่สุด ในแต่ละข้อ ปรากฏว่าข้อที่มีระดับความพึงพอใจในคุณภาพชีวิตด้านสิ่งแวดล้อม มากที่สุดมี 2 ข้อ คือ ท่านพอใจกับสภาพบ้านเรือนที่อยู่ตอนนี้ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.80 และท่านร่วมดูแลและรักษาสถาปัตยกรรมประโชชน์ต่างๆ ของชุมชน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.80 เช่นกัน ลำดับ 2 คือ ท่านคิดว่าท่านมีคุณภาพชีวิต อยู่ในระดับใด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.78 ลำดับ 3 คือ สภาพแวดล้อมปัจจุบันดีต่อสุขภาพร่างกายของท่าน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.73 ลำดับ 4 คือ ท่านมีความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในชุมชนของท่าน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.70 ลำดับ 5 คือ ท่านพอใจกับเส้นทางในการเดินทางไปไหนมาไหนของท่าน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.64 และข้อที่มีระดับความพึงพอใจในคุณภาพชีวิตด้านสิ่งแวดล้อม น้อยที่สุด ลำดับ 7 คือ ท่านมีความพึงพอใจที่ได้รับการยอมรับนับถือจากผู้อื่นในชุมชน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.45

ตารางที่ 14 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของคุณภาพชีวิตของประชาชนในภาพรวม

คุณภาพชีวิตของประชาชน ในภาพรวม 4ด้าน	ระดับความพึงพอใจ		
	\bar{X}	S.D.	ระดับ
ด้านจิตใจ	3.91	0.348	มาก
ด้านร่างกาย	3.81	0.275	มาก
ด้านสิ่งแวดล้อม	3.69	0.330	มาก
ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม	3.65	0.343	มาก
รวม	3.77	0.239	มาก

จากตารางที่ 14 พบว่า คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง มีระดับความพึงพอใจในคุณภาพชีวิตทั้ง 4 ด้าน โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.77 และเมื่อพิจารณาลำดับระดับความพึงพอใจในคุณภาพชีวิตทั้ง 4 ด้าน จากมากที่สุดไปหาน้อยที่สุด ในแต่ละด้าน ปรากฏว่า ด้านที่มีระดับความพึงพอใจในคุณภาพชีวิตมากที่สุด คือด้านจิตใจ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.91 ลำดับ 2 คือ ด้านร่างกาย มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.81 ลำดับ 3 คือ ด้านสิ่งแวดล้อม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.69 และด้านที่มีระดับความพึงพอใจในคุณภาพชีวิตน้อยที่สุด คือ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.65

ตารางที่ 15 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระดับคุณภาพชีวิตของประชาชน 5 ระดับ

ระดับคุณภาพชีวิตของประชาชน	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ระดับคุณภาพชีวิตของประชาชนมาก	280	90.0
ระดับคุณภาพชีวิตของประชาชนปานกลาง	27	8.7
ระดับคุณภาพชีวิตของประชาชนมากที่สุด	4	1.3
ระดับคุณภาพชีวิตของประชาชนน้อย	0	0.0
ระดับคุณภาพชีวิตของประชาชนน้อยที่สุด	0	0.0
รวม	311	100.0

จากตารางที่ 15 พบว่า คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง มีระดับความพึงพอใจในคุณภาพชีวิต โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก คือร้อยละ 90.0 รองลงมา มีระดับความพึงพอใจในคุณภาพชีวิตปานกลางคือร้อยละ 1.3 และลำดับสุดท้ายมีระดับคุณภาพชีวิตมากที่สุด คือ ร้อยละ 1.3

ตอนที่ 4 ผลการทดสอบสมมติฐาน การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระและตัวแปรตาม ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงกับคุณภาพชีวิตของประชาชน

ด้วยวิธีการวิเคราะห์สมการถดถอยพหุแบบเป็นขั้นตอน ซึ่งเป็นวิธีการเลือกตัวแปรอิสระเข้าสมการที่นิยมใช้กันมากที่สุด เพื่อที่จะให้ได้มาซึ่งสมการที่ประกอบด้วยตัวแปรอิสระที่มีนัยสำคัญทางสถิติเท่านั้น จะทำให้ได้สมการที่ดีที่สุดจากข้อมูลที่ใช้ในการวิเคราะห์

และตามข้อตกลงของการวิเคราะห์ สมการถดถอยพหุแบบเป็นขั้นตอน ตัวแปรที่นำมาใช้วิเคราะห์ ต้องเป็นข้อมูลเชิงปริมาณ ในการวิเคราะห์ครั้งนี้พบว่าตัวแปรอิสระที่เป็นข้อมูลเชิงปริมาณ มี 9 ตัว และข้อมูลเชิงคุณภาพ 5 ตัว ได้แก่ เพศ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส อาชีพ และการได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับเรื่องเศรษฐกิจพอเพียง ดังนั้นผู้วิจัยจึงได้นำข้อมูลเชิงคุณภาพทั้ง 5 ตัวดังกล่าว มาทำเป็นตัวแปรหุ่น (dummy variables) โดยผู้วิจัยได้กำหนดค้อักษรย่อของตัวแปรทั้งหมดที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังต่อไปนี้

ตัวแปรอิสระ

เพศ	แทน	เพศ
อายุ	แทน	อายุ

ระดับการศึกษา

Dศึกษา1	แทน	ประถมศึกษาหรือต่ำกว่า
Dศึกษา2	แทน	มัธยมศึกษา /ปวช
Dศึกษา3	แทน	อนุปริญญา /ปวส.
Dศึกษา4	แทน	ปริญญาตรี
Dศึกษา5	แทน	ปริญญาโท หรือสูงกว่า

สถานภาพการสมรส

D โสด	แทน	โสด
D สมรส	แทน	สมรส
D หม้าย	แทน	หม้าย
D หย่า	แทน	หย่าร้าง

สมาชิก แทน จำนวนสมาชิกในครอบครัว

อาชีพ

D ยาง	แทน	ทำสวนยางพารา
D ประมง	แทน	ประมง
D ค้าขาย	แทน	ค้าขาย
D รับจ้าง	แทน	รับจ้างทั่วไป
D ธุรกิจ	แทน	ประกอบธุรกิจส่วนตัว
D นาถุ้ง	แทน	ทำนาถุ้ง
D ราชการ	แทน	รับราชการ

ข่าวสาร แทน การได้รับข้อมูลข่าวสาร

รายได้	แทน	รายได้
รายจ่าย	แทน	รายจ่าย

S ประมาณ แทน ความพอประมาณ

S เหตุผล แทน ความมีเหตุผล

S ค้ำกัน แทน การมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี

S ความรู้ แทน การมีความรู้

S คุณธรรม แทน การมีคุณธรรม

ตัวแปรตาม

S ชีวิต แทน คุณภาพชีวิตของประชาชน

4.1 ผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุแบบขั้นตอนและการสร้างสมการพยากรณ์คุณภาพชีวิตของประชาชน

การวิเคราะห์ถดถอยพหุแบบขั้นตอน เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรพยากรณ์กับตัวแปรเกณฑ์ มีข้อกำหนดเกี่ยวกับตัวแปรอิสระทุกตัว ต้องไม่มีความสัมพันธ์กันเอง ถ้าตัวแปรอิสระเกิดความสัมพันธ์กันเองสูงเกินกว่า 0.85 จะเกิดปัญหา Multicollinearity ซึ่งจะทำให้ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยที่คำนวณได้จากสมการตัวแบบมีความเชื่อถือได้น้อยลง ผู้วิจัยจึงทำการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่นำมาใช้พยากรณ์ ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล และการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง

จากการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทุกตัว พบว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรพยากรณ์ มีค่าต่ำกว่า 0.85 ซึ่งถือว่าเป็นตัวแปรพยากรณ์ที่สามารถนำไปวิเคราะห์ในสมการถดถอยพหุแบบขั้นตอนได้ แสดงว่าตัวแปรอิสระทุกตัวไม่เกิดปัญหา multicollinearity ดังแสดงผลการวิเคราะห์ในตารางที่ 16

ตารางที่ 16 เมตริกแสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระที่ใช้ในการวิเคราะห์ถดถอยพหุแบบขั้นตอน

ตัวแปร	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
1	1																										
2	.025	1																									
3	-.145	.550	1																								
4	.145	-.167	-.636	1																							
5	.099	-.354	-.328	-.294	1																						
6	-.084	-.239	-.254	-.228	-.118	1																					
7	-.106	-.063	-.068	-.061	-.031	-.024	1																				
8	-.349	-.311	-.113	-.088	.066	.252	.076	1																			
9	.381	.267	.063	.116	-.061	-.217	-.066	-.735	1																		
10	-.087	.047	.072	-.057	.014	-.042	-.011	-.061	-.296	1																	
11	-.106	.045	.096	-.061	-.031	-.024	-.006	-.035	-.170	-.011	1																
12	-.037	.264	.165	-.045	-.110	-.071	-.037	-.161	.148	.018	-.014	1															
13	.103	.147	.135	.159	-.058	-.419	-.093	-.189	.179	-.019	.030	.138	1														
14	1													
15	-.078	-.125	-.037	-.076	.045	.095	.170	.191	-.204	.078	-.018	-.073	-.603	.	1												
16	-.020	-.047	.048	-.024	-.059	.032	-.012	-.006	.016	-.021	-.012	-.102	-.407	.	.034	1											
17	-.129	-.199	-.137	-.123	.177	.244	-.013	.208	-.186	-.023	-.013	-.051	-.436	.	-.037	-.025	1										
18	.043	.032	-.048	.075	-.022	-.017	-.005	-.025	.027	-.008	-.005	-.010	-.152	.	-.013	-.009	-.009	1									
19	.025	.103	-.128	-.115	-.059	.502	-.012	-.066	.072	-.021	-.012	-.038	-.407	.	-.034	-.023	-.025	-.009	1								
20	.010	-.066	-.245	.037	.087	.336	.205	.010	.017	.034	-.070	.053	-.260	.	-.017	.090	.294	.055	.125	1							
21	.079	-.002	-.246	.018	.079	.261	.170	-.160	.173	-.031	-.053	.205	-.209	.	-.030	.120	.200	.014	.282	.488	1						
22	.091	-.138	-.136	.086	.044	.034	.009	-.107	.093	.016	.009	.120	.045	.	-.107	.017	.019	.006	.017	.091	.077	1					
23	.084	.034	-.021	.012	.028	.009	-.089	-.118	-.123	.048	-.025	.062	-.026	.	.111	-.185	.029	-.003	-.065	-.013	-.090	-.069	1				
24	-.086	.032	.035	-.100	.023	.026	.199	-.032	.028	-.003	.017	-.009	-.050	.	.039	.048	.105	-.038	.005	.085	.093	.006	.227	1			
25	.078	.039	-.036	.002	.036	.022	-.024	.097	-.124	.028	.109	.035	.002	.	-.022	-.142	.109	.004	-.036	.037	.008	.002	.543	.135	1		
26	-.034	.032	-.001	-.102	.038	.080	.181	.045	-.047	-.001	.022	.066	.005	.	.024	-.062	.056	-.016	-.038	.129	.076	-.088	.372	.512	.333	1	
27	.004	.008	.036	-.090	.064	-.006	.071	.063	-.078	-.034	.153	-.035	.057	.	-.048	-.035	.048	-.019	-.067	.033	.127	-.079	.266	.444	.314	.655	1

จากตารางที่ 16 เป็นตารางที่แสดงถึงความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระที่ใช้ในการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน และเนื่องจากตัวแปรอิสระมีมากถึง 27 ตัวแปร ทำให้ยากแก่การที่จะเสนอความสัมพันธ์ของตัวแปรอย่างละเอียดลงในตาราง จะเห็นว่าตารางดังกล่าว จะมีเลขลำดับกำกับอยู่ 1 – 27 ซึ่งหมายถึงตัวแปรอิสระทั้ง 27 ตัว ดังนี้ คือ

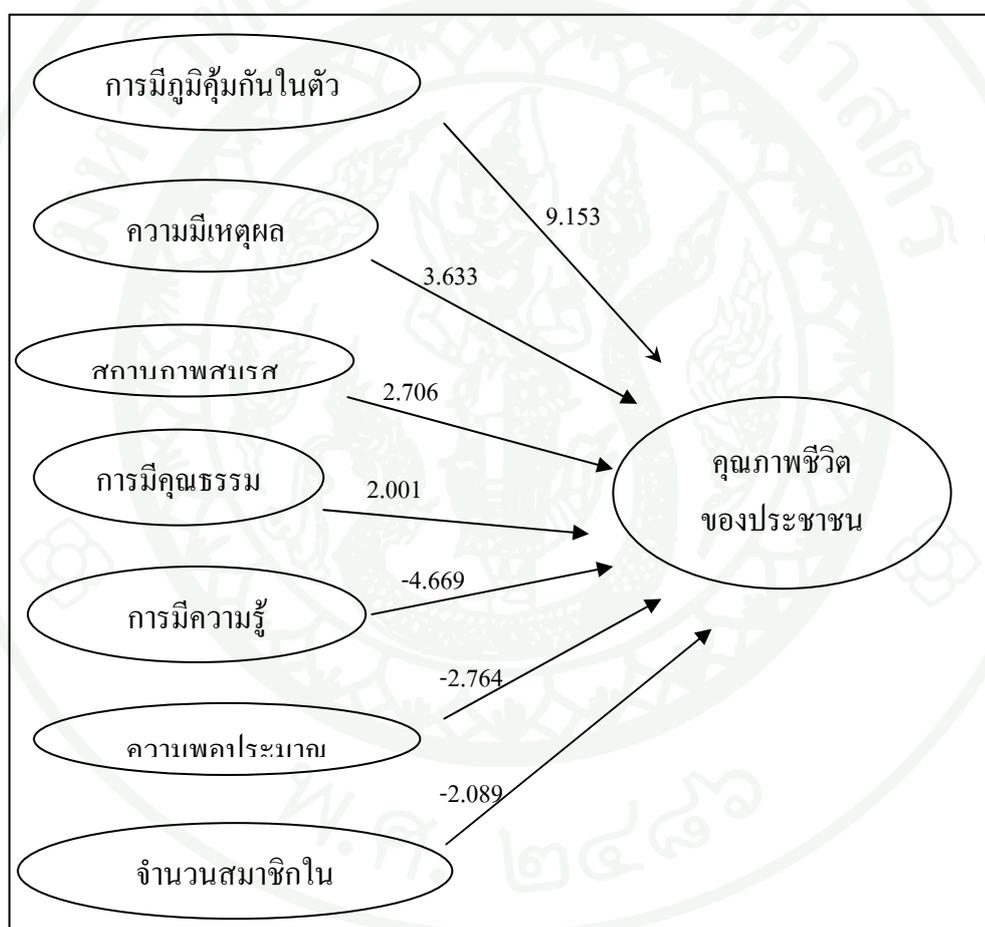
1 = ตัวแปรเพศ	10 = ตัวแปร Dหม้าย	19 = ตัวแปร Dราชการ
2 = ตัวแปร อายุ	11 = ตัวแปร Dหย่า	20 = ตัวแปร รายได้
3 = ตัวแปร Dศึกษา1	12 = ตัวแปร สมาชิก	21 = ตัวแปร รายจ่าย
4 = ตัวแปร Dศึกษา2	13 = ตัวแปร Dยาง	22 = ตัวแปร ข่าวสาร
5 = ตัวแปร Dศึกษา3	14 = ตัวแปร Dประมาณ	23 = ตัวแปร Sประมาณ
6 = ตัวแปร Dศึกษา4	15 = ตัวแปร Dค้าขาย	24 = ตัวแปร Sเหตุผล
7 = ตัวแปร Dศึกษา5	16 = ตัวแปร Dรับจ้าง	25 = ตัวแปร Sคุ้มกัน
8 = ตัวแปร Dโสด	17 = ตัวแปร Dธุรกิจ	26 = ตัวแปร Sความรู้
9 = ตัวแปร Dสมรส	18 = ตัวแปร Dนาถุ้ง	27 = ตัวแปร Sคุณธรรม

ตารางที่ 17 ผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอนของคุณภาพชีวิตของประชาชน

ตัวแปร	ค่าสัมประสิทธิ์ถดถอย	t
การมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี (Sคุ้มกัน)	0.494	9.513
ความพอประมาณ (Sประมาณ)	-0.156	-2.764
การมีความรู้ (Sความรู้)	-0.221	-4.669
ความมีเหตุผล (Sเหตุผล)	0.174	3.633
สถานภาพสมรสแล้ว (Dสมรส)	0.083	2.706
จำนวนสมาชิกในครัวเรือน(สมาชิก)	-0.014	-2.089
การมีคุณธรรม (Sคุณธรรม)	0.088	2.001
ค่าคงที่	2.529	11.678

R Square =.296 , SEE =.20321 , F=18.216 , Significance of F = 0.000

จากตารางที่ 17 ผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุแบบขั้นตอน พบว่า ในบรรดาตัวแปรอิสระทั้งหมด ตัวแปรอิสระที่มีผลต่อตัวแปรตามอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ มี 7 ตัวแปร โดยมีตัวแปรอิสระที่มีผลเชิงบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติต่อตัวแปรตาม 4 ตัว คือ การมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี ความมีเหตุผล สถานภาพสมรส และการมีคุณธรรม ส่วนตัวแปรอิสระอีก 3 ตัว ที่มีผลในเชิงลบต่อตัวแปรตามหรือคุณภาพชีวิตของประชาชน คือ การมีความรู้ ความพอประมาณ และจำนวนสมาชิกในครัวเรือน และในการศึกษาครั้งนี้ตัวแปรที่สามารถทำนายคุณภาพชีวิตของประชาชนตามลำดับของอิทธิพลมากน้อยในเชิงบวกและเชิงลบ ดังแสดงในภาพที่ 5 ดังนี้



ภาพที่ 5 แสดงตัวแปรที่สามารถทำนายคุณภาพชีวิตของประชาชน

สรุปได้ว่า ตัวแปรอิสระทั้ง 7 ตัว สามารถอธิบายการแปรปรวนของตัวแปรตามได้ร้อยละ 29.6 และสมการที่ได้จากการวิเคราะห์ถดถอยพหุแบบขั้นตอนมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.000

ผลการทดสอบสมมติฐานและข้อวิจารณ์

จากการวิจัยเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงกับคุณภาพชีวิตของประชาชนตำบลสุโตะ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรังในครั้งนี้ มีผลการทดสอบสมมติฐานและข้อวิจารณ์โดยมีรายละเอียดดังนี้

สมมติฐานที่ 1. ปัจจัยส่วนบุคคลและการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงตามหลักการ 3 ห่วง 2 เงื่อนไข มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตของประชาชนตำบลสุโตะ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง ผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่า

ปัจจัยส่วนบุคคล จากผลการวิจัยพบว่า ประชาชนกลุ่มตัวอย่างในตำบลตำบลสุโตะ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรังที่มี เพศ อายุ ระดับการศึกษา รายได้ รายจ่าย อาชีพ และการได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง ไม่สามารถร่วมกันทำนายคุณภาพชีวิตของประชาชนได้ แสดงให้เห็นว่าประชาชน ที่มี เพศ อายุ ระดับการศึกษา รายได้ รายจ่าย อาชีพ และการได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง ที่ต่างกันจะไม่ทำให้มีคุณภาพชีวิตแตกต่างกัน แต่ในส่วนของสถานภาพสมรสแล้ว และจำนวนสมาชิกครัวเรือน มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตของประชาชนสามารถร่วมกันทำนายคุณภาพชีวิตของประชาชนได้ แสดงให้เห็นว่าประชาชนที่มี สถานภาพสมรสแล้ว และจำนวนสมาชิกครัวเรือน แตกต่างกันมีผลต่อระดับคุณภาพชีวิตของประชาชนแตกต่างกัน

ซึ่งจากการศึกษากับประชาชนกลุ่มตัวอย่างในตำบลสุโตะ ก็จะพบว่า ปัจจัยส่วนบุคคลซึ่งเป็นปัจจัยพื้นฐานที่มีในตัวบุคคลจะเห็นว่า ถึงแม้ประชาชน จะมีเพศ อายุ ระดับการศึกษา รายได้ รายจ่าย อาชีพ และการได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียงที่ต่างกัน ก็ไม่มีผลทำให้มีคุณภาพชีวิตต่างกัน ทั้งนี้อาจเป็นเพราะประชาชน มีลักษณะของสังคม วัฒนธรรมการดำเนินชีวิตที่เหมือนกัน มีวิถีชีวิตที่เรียบง่าย มีขนบธรรมเนียมประเพณี ความเชื่อที่เหมือนกัน ทำให้มีพื้นฐานความคิด ความเชื่อ ไปในทิศทางเดียวกัน ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ เบญจวรรณ กำรวัชร (2537) ที่กล่าวถึงพฤติกรรมของบุคคลจะแตกต่างกันย่อมเกิดจากสังคมวัฒนธรรมที่แตกต่างกัน รวมถึงแนวคิดทางด้านสังคมศาสตร์ที่เชื่อว่าการกระทำของมนุษย์อยู่ภายใต้การจัดระเบียบสังคมและปัจจัยทางวัฒนธรรม แต่หากนำผลการวิจัยไปเปรียบเทียบกับงานวิจัยอื่น ๆ ที่มีการศึกษาลักษณะ

คล้ายกันก็อาจจะเป็นไปได้ว่าปัจจัยส่วนบุคคลที่แตกต่างกัน จะทำให้มีคุณภาพชีวิตที่แตกต่างกัน เพราะมีสังคมวัฒนธรรมและวิถีการดำเนินชีวิตที่แตกต่างกัน

การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง จากผลการวิจัยพบว่า ประชาชนกลุ่มตัวอย่างในตำบลตำบลสุโตะ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง ที่มีการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงตามหลักการ 3 ห่วง 2 เงื่อนไข ได้แก่ ความพอประมาณ ความมีเหตุผล มีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี การมีความรู้ และการมีคุณธรรม สามารถร่วมกันทำนายคุณภาพชีวิตของประชาชนได้ แสดงให้เห็นว่า ประชาชน ที่มีความพอประมาณ ความมีเหตุผล มีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี การมีความรู้ และการมีคุณธรรมแตกต่างกัน มีผลต่อระดับคุณภาพชีวิตของประชาชนแตกต่างกัน

ซึ่งจากการศึกษากับประชาชนกลุ่มตัวอย่างในตำบลสุโตะ ก็จะพบว่า ส่วนใหญ่มีระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงทั้ง 5 ด้าน โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก และการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงทั้ง 5 ด้าน สามารถร่วมกันทำนายคุณภาพชีวิตของประชาชนได้ ซึ่งสอดคล้องกับผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

จึงสรุปผลของสมมุติฐานที่ 1 ได้ว่ากลุ่มตัวแปรปัจจัยส่วนบุคคล และกลุ่มตัวแปรการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงตามหลักการ 3 ห่วง 2 เงื่อนไข ไม่ทุกตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต เพราะมีกลุ่มตัวแปรในด้านปัจจัยส่วนบุคคล คือ เพศ อายุ ระดับการศึกษา รายได้ รายจ่าย อาชีพ และการได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง ไม่สามารถร่วมกันทำนายคุณภาพชีวิตของประชาชนได้ จึงไม่เป็นไปตามสมมุติฐานทั้งหมดที่กำหนดไว้

สมมุติฐานที่ 2. กลุ่มตัวแปรจากปัจจัยส่วนบุคคล การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง สามารถร่วมกันทำนายคุณภาพชีวิตของประชาชนได้ดีกว่าการทำนายจากตัวแปรใดตัวแปรหนึ่งเพียงตัวแปรเดียว ผลการทดสอบสมมุติฐาน พบว่า มีตัวแปรที่สามารถทำนายคุณภาพชีวิตของประชาชนได้ โดยปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ สถานภาพสมรสแล้ว และจำนวนสมาชิกในครัวเรือน ตัวแปรจากการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงตามหลักการ 3 ห่วง 2 เงื่อนไข สามารถทำนายคุณภาพชีวิตของประชาชนได้ ทุกตัวแปร ได้แก่ ความพอประมาณ ความมีเหตุผล มีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี การมีความรู้ และการมีคุณธรรม จากข้อพิจารณาดังกล่าวแสดงให้เห็นว่า ตัวแปรอิสระหลายตัวสามารถร่วมกันทำนายคุณภาพชีวิตของประชาชนได้ดีกว่าการทำนายจากตัวแปรใดตัวแปรหนึ่งเพียงตัวแปรเดียว ดังนั้นจึงยอมรับสมมุติฐานที่ 2

โดยมีตัวแปรที่สามารถทำนายคุณภาพชีวิตของประชาชนตามลำดับของอิทธิพลมากน้อย ในเชิงบวก 4 ตัวแปร คือ การมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี เป็นตัวแปรที่สามารถในการทำนายคุณภาพชีวิตของประชาชนได้ดีที่สุด รองลงมาคือ ความมีเหตุผล สถานภาพสมรสแล้ว และการมีคุณธรรมตามลำดับ

และมีตัวแปรที่สามารถทำนายคุณภาพชีวิตของประชาชนตามลำดับของอิทธิพลมากน้อย ในเชิงลบ 3 ตัวแปร คือ การมีความรู้ ความพอประมาณ และจำนวนสมาชิกในครัวเรือน

จากการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงกับคุณภาพชีวิตของประชาชน ตัวแปรที่สามารถทำนายคุณภาพชีวิตของประชาชนตามลำดับของอิทธิพลมากน้อยในเชิงบวกและเชิงลบ 7 ตัวแปร สามารถสรุปผลการวิจัยได้ดังนี้

ปัจจัยส่วนบุคคล ที่สามารถทำนายคุณภาพชีวิตของประชาชนหรือมีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ มี 2 ตัวแปร ดังนี้

สถานภาพสมรสแล้ว มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับคุณภาพชีวิตของประชาชน หมายความว่า ประชาชนที่มีสถานภาพสมรสแล้ว จะมีคะแนนคุณภาพชีวิตสูงกว่าประชาชนที่มีสถานภาพโสด หม้าย หย่าร้าง หรือแยกกันอยู่ ทั้งนี้อธิบายได้ว่าการมีคู่สมรสจะทำให้ได้รับการเกื้อหนุนจากคู่ของตน มีผลทำให้บุคคลมีความภาคภูมิใจและรู้สึกที่ตนเองมีคุณค่า สอดคล้องกับงานวิจัยของสุภา แก้วบริสุทธิ (2547) ที่ได้ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตเกษตรกรชาวสวนยางพารา จังหวัดสงขลา พบว่า สถานภาพสมรสมีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนยางพาราอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ คือ เกษตรกรชาวสวนยางพาราที่มีคู่สมรสจะรับรู้ถึงคุณภาพชีวิตดีกว่าเกษตรกรชาวสวนยางพาราที่มีสถานภาพสมรสโสด หม้าย แยกกันอยู่ หรือหย่าร้าง

จำนวนสมาชิกในครัวเรือน มีความสัมพันธ์เชิงลบกับคุณภาพชีวิตของประชาชน หมายความว่า ประชาชนที่มีจำนวนสมาชิกในครัวเรือนมากอาจจะมีคะแนนคุณภาพชีวิตน้อยกว่าประชาชนที่มีจำนวนสมาชิกในครัวเรือนที่น้อยกว่า ทั้งนี้อธิบายได้ว่า ขนาดของครัวเรือนในชนบทมีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตของประชาชน ครัวเรือนที่มีจำนวนสมาชิกมาก ก็ต้องมีค่าใช้จ่ายที่สูงกว่าครัวเรือนที่มีจำนวนสมาชิกที่น้อยกว่า สอดคล้องกับงานวิจัยของกฤษณา ประทัดสุนทรสาร (2551) ที่ได้ศึกษา การดำเนินชีวิตของประชาชนในชุมชนคอยรุด้กัว เขตหนองจอก กรุงเทพฯ

มหานคร ตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง พบว่า ประชาชนที่มีจำนวนสมาชิกในครอบครัวแตกต่างกัน มีการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงในภาพรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง สามารถทำนายคุณภาพชีวิตของประชาชนหรือมีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ทั้ง 5 ตัวแปร ดังนี้

การมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับคุณภาพชีวิตของประชาชน หมายความว่า ประชาชนที่มีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีสูงขึ้นเพียงใด ก็จะมีคะแนนคุณภาพชีวิตสูงขึ้นตามไปด้วย ทั้งนี้อธิบายได้ว่าประชาชนที่มีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี ได้มีการสร้างภูมิคุ้มกันให้กับตนเองและครอบครัว เตรียมตัวพร้อมรับการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้นในอนาคตโดยการปลูกพืชผักสวนครัวและเลี้ยงสัตว์ไว้บริโภคภายในครัวเรือน ปลูกฝังให้สมาชิกในครอบครัวรู้จักประหยัด อดออม หาอาชีพเสริมเพื่อเพิ่มรายได้ นอกจากนี้จะต้องวางแผนในการประกอบอาชีพเพื่อให้ทันโลกทันเหตุการณ์ที่เปลี่ยนแปลงไป ถ้าหากบุคคลไม่มีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีก็จะทำให้ไม่สามารถปรับตัวได้ทันกับเหตุการณ์ใหม่ๆในอนาคต ผลการวิจัยสอดคล้องกับงานวิจัยของกนกวรรณ กรรษา (2550) ที่ได้ศึกษา ความสัมพันธ์ระหว่างการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง กับคุณภาพชีวิตของประชาชน ตำบลกกกุง อำเภอเมืองสรวง จังหวัดร้อยเอ็ด พบว่า ประชาชนที่มีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีแตกต่างกันจะมีคุณภาพชีวิตแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 คือการมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับคะแนนคุณภาพชีวิตของประชาชน กล่าวคือประชาชนที่มีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีสูงขึ้นเพียงใด ระดับคุณภาพชีวิตจะสูงขึ้นเพียงนั้น

ความมีเหตุผล มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับคุณภาพชีวิตของประชาชน หมายความว่า ประชาชนที่มีความมีเหตุผลสูงขึ้นเพียงใด ก็จะมีคะแนนคุณภาพชีวิตสูงขึ้นตามไปด้วย ทั้งนี้อธิบายได้ว่า ประชาชนที่มีความมีเหตุผลจะรู้จักตัดสินใจเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตทุกอย่างก้าวจะต้องเป็นไปอย่างมีเหตุผล ตัดสินใจบนพื้นฐานของความเป็นจริงและตามอัธยาศัย จะทำให้เป็นการช่วยในการยกระดับคุณภาพชีวิตของตนเองให้ดีขึ้นได้ ผลการวิจัยสอดคล้องกับงานวิจัยของกนกวรรณ กรรษา (2550) ที่ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงกับคุณภาพชีวิตของประชาชนตำบลกกกุง อำเภอเมืองสรวง จังหวัดร้อยเอ็ด พบว่า ประชาชนที่มีความมีเหตุผลแตกต่างกันจะมีคุณภาพชีวิตแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 คือความมีเหตุผล

มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับคะแนนคุณภาพชีวิตของประชาชน กล่าวคือประชาชนที่มีความมั่งคั่งสูงเพียงใด ระดับคุณภาพชีวิตจะสูงขึ้นเพียงนั้น

การมีคุณธรรม มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับคุณภาพชีวิตของประชาชน หมายความว่าประชาชนที่มีคุณธรรมสูงเพียงใด ก็จะมีคะแนนคุณภาพชีวิตสูงขึ้นไปด้วย ทั้งนี้อธิบายได้ว่าประชาชนที่มีคุณธรรมตระหนักว่าคุณธรรมเป็นสิ่งดีงาม สมควรที่จะยึดถือและปฏิบัติและเสริมสร้างพื้นฐานทางจิตใจของคนในครอบครัวให้มีความเพียร ความอดทนในการใช้สติปัญญาในการดำเนินชีวิตและการประกอบอาชีพสุจริต ถด ละเอียดรอบคอบต่างๆ จะทำให้ตนเองและครอบครัวมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นกว่าเดิม ผลการวิจัยสอดคล้องกับงานวิจัยของกนกวรรณ กรรษา (2550) ที่ได้ศึกษา ความสัมพันธ์ระหว่างการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง กับคุณภาพชีวิตของประชาชนตำบลกกกุง อำเภอเมืองสรวง จังหวัดร้อยเอ็ด พบว่า ประชาชนที่มีคุณธรรมแตกต่างกันจะมีคุณภาพชีวิตแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 คือการมีคุณธรรมมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับคะแนนคุณภาพชีวิตของประชาชน กล่าวคือประชาชนที่มีคุณธรรมสูงเพียงใด ระดับคุณภาพชีวิตจะสูงขึ้นเพียงนั้น

การมีความรู้ มีความสัมพันธ์เชิงลบกับคุณภาพชีวิตของประชาชน หมายความว่าประชาชนที่มีความรู้มากจะมีระดับคุณภาพชีวิตน้อยกว่าประชาชนที่มีความรู้น้อย ทั้งนี้อธิบายได้ว่าประชาชนส่วนใหญ่ประกอบอาชีพทำสวนยางพารา เรื่องของความรู้ทางหลักวิชาการจึงสำคัญน้อยกว่าเรื่องของประสบการณ์และความชำนาญในอาชีพ เพราะอาชีพเกษตรกรรมสวนยางพารา ต้องอาศัยประสบการณ์และความชำนาญในทุกขั้นตอน และมีเหตุผลอีกประการหนึ่งว่าประชาชนที่มีความรู้มากอาจมีความคาดหวังหรือความพึงพอใจในคุณภาพชีวิตของตนเองสูงจนเกินไป จึงทำให้ประชาชนที่มีความรู้น้อยกว่ามีแนวโน้มที่จะมีระดับคุณภาพชีวิตที่สูงกว่า

ความพอประมาณ มีความสัมพันธ์เชิงลบกับคุณภาพชีวิตของประชาชน หมายความว่าประชาชนที่มีความพอประมาณมากอาจจะมีระดับคุณภาพชีวิตน้อยกว่าประชาชนที่มีความพอประมาณน้อยกว่า ทั้งนี้อธิบายได้ว่า การดำรงชีวิตอยู่ในชนบทนั้น เรื่องของการทำบุญทำทานและการเข้าร่วมพิธีกรรมทางสังคมและวัฒนธรรมท้องถิ่น นั้นมีความสำคัญเป็นอย่างมาก เพราะหากประชาชนใช้ชีวิตด้วยความพอประมาณอย่างเคร่งครัดจนเกินไป โดยการไม่เข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ในชุมชน ก็จะมีผลกระทบต่อคุณภาพชีวิต ทั้งทางด้าน จิตใจ ความสัมพันธ์ทางสังคม และสิ่งแวดล้อม อาจจะทำให้ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของตนเองโดยรวมได้

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงกับคุณภาพชีวิตของประชาชนตำบลสุโตะ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา ระดับคุณภาพชีวิตของประชาชน ตำบลสุโตะ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง หาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงกับคุณภาพชีวิตของประชาชน ตำบลสุโตะ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง และหาข้อเสนอแนะในการพัฒนาคุณภาพชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงให้แก่ประชาชน ตำบลสุโตะ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง ประชาชนที่ทำการศึกษาคือกลุ่มตัวอย่างทั้ง 11 หมู่บ้าน ในเขตตำบลสุโตะ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 311 ราย วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทดสอบสมมติฐานด้วยการวิเคราะห์ถดถอยพหุแบบขั้นตอน โดยกำหนดนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ผลการศึกษาสรุปได้ดังนี้

ปัจจัยส่วนบุคคล

กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาส่วนใหญ่เป็นเพศชาย มีอายุระหว่าง 41-60 ปี มีการศึกษาระดับชั้นประถมศึกษาหรือต่ำกว่าและมัธยมศึกษา หรือ ปวช. มีสถานภาพสมรสแล้ว มีจำนวนสมาชิกในครัวเรือน 4 – 6 คน อาชีพหลักทำสวนยางพารา มีรายได้ต่อเดือนเฉลี่ย 18,427.91 บาท รายจ่ายต่อเดือนเฉลี่ย 13,019.94 บาท และส่วนใหญ่เคยได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง

การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง

กลุ่มตัวอย่างประชาชนที่ศึกษาตำบลสุโตะ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง ส่วนใหญ่มีระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงทั้ง 5 ด้าน โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาในแต่ละด้าน ปรากฏว่าด้านที่มีการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงมากที่สุด คือ ด้านการมีคุณธรรม ลำดับ 2 คือ ด้านความพอประมาณ ลำดับ 3 คือ ด้านการมีความรู้ ลำดับ 4 คือ ด้านความมี

เหตุผล และด้านที่มีระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงน้อยที่สุด คือ ด้านการมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี

และพบว่า กลุ่มตัวอย่างประชาชนที่ศึกษา มีระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก คือ ร้อยละ 88.7 รองลงมามีระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงปานกลาง คือร้อยละ 10.3 และลำดับสุดท้ายมีระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงมากที่สุด คือ ร้อยละ 1.0

คุณภาพชีวิตของประชาชน

กลุ่มตัวอย่างประชาชนที่ศึกษาดำบลสุโตะ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง ส่วนใหญ่มีระดับความพึงพอใจในคุณภาพชีวิตทั้ง 4 ด้าน โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาในแต่ละด้าน ปรากฏว่า ด้านที่มีระดับความพึงพอใจในคุณภาพชีวิตมากที่สุด คือ ด้านจิตใจ ลำดับ 2 คือ ด้านร่างกาย ลำดับ 3 คือ ด้านสิ่งแวดล้อม และด้านที่มีระดับความพึงพอใจในคุณภาพชีวิตน้อยที่สุด คือ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม

และพบว่า กลุ่มตัวอย่างประชาชนที่ศึกษา มีระดับความพึงพอใจในคุณภาพชีวิต โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก คือร้อยละ 90.0 รองลงมามีระดับความพึงพอใจในคุณภาพชีวิตปานกลาง คือ ร้อยละ 1.3 และลำดับสุดท้ายมีระดับคุณภาพชีวิตมากที่สุด คือ ร้อยละ 1.3

ผลการทดสอบสมมติฐาน

สมมติฐานที่ 1. ปัจจัยส่วนบุคคลและการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงตามหลักการ 3 ห่วง 2 เงื่อนไข มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตของประชาชนตำบลสุโตะ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง พบว่า

ปัจจัยส่วนบุคคล จากผลการวิจัยพบว่า ประชาชนกลุ่มตัวอย่างในตำบลตำบลสุโตะ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรังที่มี เพศ อายุ ระดับการศึกษา รายได้ รายจ่าย อาชีพ และการได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง ไม่สามารถร่วมกันทำนายคุณภาพชีวิตของประชาชนได้ แสดงให้เห็นว่าประชาชน ที่มี เพศ อายุ ระดับการศึกษา รายได้ รายจ่าย อาชีพ และการได้รับข้อมูล

ข่าวสารเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง ที่ต่างกันจะไม่ทำให้มีคุณภาพชีวิตแตกต่างกัน แต่ในส่วนของสถานภาพสมรสแล้ว และจำนวนสมาชิกครัวเรือน มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตของประชาชนสามารถร่วมกันทำนายคุณภาพชีวิตของประชาชนได้ แสดงให้เห็นว่าประชาชนที่มีสถานภาพสมรสแล้ว และจำนวนสมาชิกครัวเรือน แตกต่างกันมีผลต่อระดับคุณภาพชีวิตของประชาชนแตกต่างกัน

การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง จากผลการวิจัยพบว่า ประชาชนกลุ่มตัวอย่างในตำบลตำบลสุโตะ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง ที่มีการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงตามหลักการ 3 ห่วง 2 เงื่อนไข ได้แก่ ความพอประมาณ ความมีเหตุผล มีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี การมีความรู้ และการมีคุณธรรม สามารถร่วมกันทำนายคุณภาพชีวิตของประชาชนได้ แสดงให้เห็นว่าประชาชน ที่มีความพอประมาณ ความมีเหตุผล มีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี การมีความรู้ และการมีคุณธรรมแตกต่างกัน มีผลต่อระดับคุณภาพชีวิตของประชาชนแตกต่างกัน

จึงสรุปผลของสมมุติฐานที่ 1 ได้ว่า กลุ่มตัวแปรปัจจัยส่วนบุคคล และกลุ่มตัวแปรการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงตามหลักการ 3 ห่วง 2 เงื่อนไข ไม่ทุกตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต เพราะมีกลุ่มตัวแปรในด้านปัจจัยส่วนบุคคล คือ เพศ อายุ ระดับการศึกษา รายได้ รายจ่าย อาชีพ และการได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง ไม่สามารถร่วมกันทำนายคุณภาพชีวิตของประชาชนได้ จึงไม่เป็นไปตามสมมุติฐานทั้งหมดที่กำหนดไว้

สมมุติฐานที่ 2. กลุ่มตัวแปรจากปัจจัยส่วนบุคคล การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงสามารถร่วมกันทำนายคุณภาพชีวิตของประชาชนได้ดีกว่าการทำนายจากตัวแปรใดตัวแปรหนึ่งเพียงตัวแปรเดียว พบว่า มีตัวแปรที่สามารถทำนายคุณภาพชีวิตของประชาชนได้ โดยปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ สถานภาพสมรสแล้ว และจำนวนสมาชิกในครัวเรือน ตัวแปรจากการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงตามหลักการ 3 ห่วง 2 เงื่อนไข สามารถทำนายคุณภาพชีวิตของประชาชนได้ ทุกตัวแปร ได้แก่ ความพอประมาณ ความมีเหตุผล มีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี การมีความรู้ และการมีคุณธรรม จากข้อพิจารณาดังกล่าวแสดงให้เห็นว่า ตัวแปรอิสระหลายตัวสามารถร่วมกันทำนายคุณภาพชีวิตของประชาชนได้ดีกว่าการทำนายจากตัวแปรใดตัวแปรหนึ่งเพียงตัวแปรเดียว ดังนั้นจึงยอมรับสมมุติฐานที่ 2

ข้อเสนอแนะ

การวิเคราะห์ปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะของประชาชนในการพัฒนาคุณภาพชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง

ผลการวิจัยเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงกับคุณภาพชีวิตของประชาชนตำบลสุโสะ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง ครั้งนี้ผู้วิจัยได้แสดงข้อคิดเห็นและข้อเสนอบางประการอันอาจจะเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาชุมชน เพื่อให้ประชาชนมีการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงที่เหมาะสมกับตนเอง ครอบครัว และชุมชน รวมถึงการมีคุณภาพชีวิตที่ดีด้วย ดังต่อไปนี้

สรุปแบบสัมภาษณ์

ผู้วิจัยจะขอสรุปประเด็นข้อมูลเชิงคุณภาพจากการสอบถามพูดคุยกับผู้รู้ในตำบล จำนวน 10 ท่าน ในขั้นตอนการสำรวจเพื่อเตรียมความพร้อมที่จะทำการวิจัยในเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงกับคุณภาพชีวิตของประชาชนตำบลสุโสะ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง โดยผู้วิจัยได้ตั้งประเด็นคำถามเพื่อหาข้อเสนอแนะในการพัฒนาคุณภาพชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง สรุปได้ดังนี้

ท่านเข้าใจว่าเศรษฐกิจพอเพียงคืออะไร (ระดับบุคคล)

คือหลักการในการดำเนินชีวิตด้วยความพอประมาณ พออยู่ พอกิน ไม่ฟุ้งเฟ้อ ประกอบสัมมาอาชีพสุจริต สามารถอุ้มชูเลี้ยงตัวเองและครอบครัวได้อย่างปกติสุข ไม่ตั้งตนอยู่ในความประมาท มีสติรู้คิด ใช้ปัญญาพิจารณาเหตุผล สามารถแก้ไขปัญหาของการดำเนินชีวิตได้ด้วยตัวเอง ตั้งตนอยู่ในหลักแห่งศีลธรรมอันดี รู้จักเก็บออมและมีเงินทุนสำรองเพื่อการใช้จ่ายในการลงทุน หรือใช้จ่ายภายในครอบครัว

ท่านคิดว่ามีปัจจัยใดบ้างที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง

1. ปัจจัยทางเศรษฐกิจ คือ การมีรายได้ต้องมากกว่ารายจ่าย
2. ปัจจัยด้านสังคมวัฒนธรรม คือ การปรับตัวให้เท่าทันต่อเหตุการณ์และสถานการณ์ของบ้านเมือง ติดตามข่าวสารอยู่เสมอ
3. ด้านจิตใจและสิ่งแวดล้อม คือ การมีความสุขกายสบายใจ ไม่เครียด ไม่หนีปัญหา

ท่านใช้ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงอย่างไรในการดำเนินชีวิต (หลัก 3 ห่วง 2 เงื่อนไข)

ความพอประมาณ คือ ใช้ชีวิตแบบพออยู่พอกิน ไม่ฟุ้งเฟ้อฟุ่มเฟือย ประหยัดคอออม ไม่ซื้อสิ่งของที่ไม่จำเป็น มีอาชีพเสริมเพื่อเพิ่มรายได้ ลด ละ เลิก ไม่ยุ่งเกี่ยวกับอบายมุข

ความมีเหตุผล คือ การใช้สติปัญญาและความรู้มาใช้พิจารณา วิเคราะห์ถึงเหตุและผลของการแก้ไขปัญหา วางแผนโดยคำนึงถึงความถูกต้อง นำมาใช้ประโยชน์เพื่อให้เกิดความสุขแก่ตนเองและครอบครัว รวมถึงชุมชน โดยนำหลักความรู้และคุณธรรมมาเป็นหลักในการพิจารณา

การมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี คือ การศึกษาค้นคว้าความรู้จำเป็นและเท่าทันต่อสถานการณ์ แก้ปัญหาจากประสบการณ์และความรู้ที่สะสมมา การเป็นคนดี การคิดว่าทำดีได้ดี ก็จะทำให้เราปลอดภัยและใช้ชีวิตอย่างมีความสุข

ความรู้ คือ การติดตามข้อมูลข่าวสารอันเป็นประโยชน์จากสื่อต่างๆ เพื่อนำความรู้ที่ได้มา ไปถ่ายทอดและใช้แก้ไขปัญหาในสถานการณ์ต่างๆ และการนำเอาภูมิปัญญาท้องถิ่นมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันอย่างเหมาะสม

คุณธรรม คือ การยึดถือความถูกต้อง ปฏิบัติตามหลักศาสนาอย่างเคร่งครัด ใช้คำสอนของศาสนามาเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต

ปัญหาในการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงของท่านคืออะไร

ขาดความพอเพียงในการดำเนินชีวิต มีกิเลส ชอบความสะดวกสบาย จนบางครั้งทำให้เกิดปัญหา

สาเหตุของปัญหาในการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงของท่านคืออะไร

1. สมาชิกในครัวเรือนขาดการปฏิบัติตามหลักการเศรษฐกิจพอเพียงอย่างจริงจัง
2. ขาดการรวมกลุ่มเพื่อสร้างอาชีพเสริม เพิ่มรายได้
3. สมาชิกในครัวเรือนทุกคนต้องร่วมมือกันยึดหลักความพอเพียงอย่างจริงจังทุกคน ไม่ใช่ใครคนใดคนหนึ่งปฏิบัติอยู่คนเดียว

ท่านจะแก้ไขปัญหายังไง

1. ถ่ายทอดความรู้และหลักการของเศรษฐกิจพอเพียงแก่สมาชิกในครอบครัวทุกคนอย่างทั่วถึง
2. กระตุ้นให้สมาชิกในครอบครัวทุกคนใช้ชีวิตแบบพอเพียงอย่างจริงจัง

ท่านเข้าใจว่าคุณภาพชีวิตคืออะไร

ด้านร่างกาย คือ การมีสุขภาพพลานามัยทางด้านร่างกายสมบูรณ์ แข็งแรง สามารถทำกิจกรรมปฏิบัติหน้าที่การทำงานได้อย่างเต็มประสิทธิภาพ ปราศจากโรคภัย ได้รับการดูแลเอาใจใส่อย่างถูกต้องและกินอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย

ด้านจิตใจ คือ การมีสติรู้คิด จิตใจเบิกบาน จิตแจ่มใส มองโลกในแง่ดี คิดเชิงสร้างสรรค์ สามารถควบคุมสติและอารมณ์ของตนเองได้

ด้านสังคม คือ ครอบครัวสมาชิกในชุมชนรู้จักและแลกเปลี่ยนสิ่งของกัน สามัคคีกัน ไม่ทะเลาะกัน ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

ด้านสิ่งแวดล้อม คือ รู้จักใช้ทรัพยากรธรรมชาติอย่างเหมาะสม คุ่มค่า และเกิดประโยชน์สูงสุด แต่เพียงพอต่อการบริโภคและขณะเดียวกันต้องอนุรักษ์ฟื้นฟูให้สามารถนำมาใช้ประโยชน์ได้อย่างยั่งยืน

มีปัจจัยอะไรบ้างที่เกี่ยวกับคุณภาพชีวิต

1. ปัจจัยทางเศรษฐกิจ คือ ต้องมีรายได้พอเพียง พึ่งตนเองได้
2. ปัจจัยด้านสังคมวัฒนธรรม คือ ต้องมีสถาบันทางสังคมที่เข้มแข็ง ยึดมั่นในประเพณี และวัฒนธรรม
3. เทคโนโลยี คือ ต้องรู้เท่าทันในยุคโลกาภิวัตน์และใช้เทคโนโลยีอย่างเหมาะสม
4. ด้านสิ่งแวดล้อม คือ ต้องช่วยกันอนุรักษ์ รักษา สิ่งแวดล้อมรอบตัวเรา

ปัญหาคุณภาพชีวิตของท่านคืออะไร

ปัญหาเรื่องรายได้ไม่มีความคงที่ ไม่มีอาชีพเสริมอื่น พอหยุดกรีดยาก็ไม่มีรายได้ ต้องเอาเงินเก็บออกมาใช้

สาเหตุของปัญหาคุณภาพชีวิตของท่านคืออะไร

การประกอบอาชีพเกษตรกรรมคือการทำสวนยางนั้นต้องพึ่งดินฟ้าอากาศ รายได้ไม่แน่นอน ต้นทุนการผลิตสูง เช่นตอนนี้ปุ๋ยราคาแพงมาก

ท่านจะแก้ไขปัญหาอย่างไร

1. ต้องมีรายได้เสริมเพื่อหารายได้เพิ่มอีกช่องทางหนึ่ง
2. หาวิธีการลดต้นทุนการผลิต เช่น เรื่องปุ๋ยก็หันมาใช้ปุ๋ยชีวภาพ ปุ๋ยหมัก แทนปุ๋ยเคมี
3. ต้องรวมกลุ่มกันขายผลผลิตเพื่อลดการเก็งกำไรจากพ่อค้าคนกลาง

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง

ระดับครัวเรือน หัวหน้าครัวเรือนและสมาชิกในครัวเรือนควรศึกษาหาความรู้ โดยให้ตระหนักถึงการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงและให้เข้าใจถึงประโยชน์ของการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง และสร้างจิตสำนึกร่วมกันในการใช้ชีวิตอย่างพอเพียง โดยยึดมั่นหลัก 3 ห่วง 2 เงื่อนไข คือ ความพอประมาณ ความมีเหตุผล การมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี การมีความรู้และคุณธรรม ใช้ชีวิตบนพื้นฐานของการรู้จักตนเอง ฟังพาดตนเอง และฟังซึ่งกันและกัน ในครอบครัว สนใจรับฟังปัญหาสมาชิกในครัวเรือน มีความห่วงใยเอาใจใส่ ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ให้ความสำคัญกับสมาชิกในครัวเรือนให้ได้เข้ารับศึกษาตามเกณฑ์ที่กฎหมายกำหนด หัวหน้าครัวเรือนต้องประพฤติเป็นแบบอย่างที่ดี ไม่ควรกู้ยืมเงินมาสำหรับใช้จ่ายในครอบครัวในสิ่งที่ไม่จำเป็น มีน้อยก็ควรใช้น้อยเพื่อมีเงินเหลือเก็บออมไว้เป็นทุนสำรองในครอบครัวและใช้จ่ายในยามที่จำเป็น ควรประหยัดและหาอาชีพเสริมในแต่ละครอบครัว รวมทั้งมีการวางแผนการใช้จ่ายประจำเดือนของครอบครัวเสมอ เพื่อเป็นการส่งเสริมให้มีรายได้เพื่อเป็นการภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีในการดำเนินชีวิต

ระดับชุมชน ผู้นำชุมชน เช่น กำนัน ผู้ใหญ่บ้าน สมาชิกสภาท้องถิ่น และข้าราชการในชุมชน ควรชี้แจงและส่งเสริมให้สมาชิกในชุมชนได้ทราบถึงรูปแบบการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงเช่นกัน โดยอยู่บนพื้นฐานของความพอเพียง ประหยัด ความจำเป็น เหมาะสม และไม่ฟุ้งเฟ้อ เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนในชุมชนได้ดำเนินชีวิตที่เหมาะสมกับสถานการณ์ปัจจุบัน และถือว่าการดำเนินชีวิตตามแนวพระราชดำริของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รัชองค์พร้อม

ทั้งปลูกฝังและส่งเสริมให้ประชาชนในชุมชน โดยเฉพาะวัยเด็ก ได้เห็นความสำคัญของการศึกษา พร้อมทั้งจัดหาทุนสนับสนุนในด้านการศึกษาในระดับต่างๆ โดยเฉพาะเด็กที่มีฐานะยากจนแต่เรียนดี พร้อมทั้งให้ประชาชนในทุกวัยได้มีโอกาสเข้ารับการฝึกอบรมด้านอาชีพต่างๆ จากหน่วยงานรัฐ และเอกชนให้มากขึ้น ซึ่งหน่วยงานต่างๆ ก็ควรให้ความสำคัญในการจัดอบรมด้านอาชีพเพิ่มขึ้นเช่นกัน เพื่อเป็นการส่งเสริมและยกระดับฐานะของประชาชนขึ้นได้

คุณภาพชีวิต

ระดับครัวเรือน หัวหน้าครัวเรือนควรดูแลเอาใจใส่และปลูกฝังสมาชิกในครัวเรือนให้มีส่วนร่วมในการพัฒนาตนเองและครอบครัวให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีอย่างยั่งยืน โดยการ ลด ละ เลิก อบายมุข การตรวจสุขภาพประจำปี การมีกิจกรรมต่างๆ เพื่อเป็นการบริหารร่างกาย ทำให้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง รับประทานอาหารที่ถูกสุขลักษณะ จัดบ้านเรือนให้สะอาดและเป็นระเบียบเรียบร้อย หมั่นศึกษาหาความรู้อยู่เสมอแล้วนำไปประยุกต์ใช้ในการประกอบอาชีพเพื่อเป็นช่องทางในการเพิ่มรายได้ นำหลักศาสนามาช่วยคิดแก้ปัญหาต่าง ๆ เพราะศาสนามีหลักการดำเนินชีวิตที่เป็นสายกลาง มีความสงบไม่แก่งแย่ง ให้เกียรติผู้อื่น โดยให้โอกาส ปู่ ย่า ตา ยาย ได้สั่งสอนบุตรหลาน เพราะถือว่าท่านเป็นผู้มีประสบการณ์ และเป็นบุคคลที่สำคัญของครัวเรือน

ระดับชุมชน ผู้นำชุมชน เช่น กำนัน ผู้ใหญ่บ้าน สมาชิกสภาท้องถิ่น และข้าราชการในชุมชน ควรส่งเสริม สนับสนุน และช่วยเหลือให้ประชาชนได้มีโอกาสเข้ามามีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมต่างๆ ของหมู่บ้านหรือชุมชน ประชาสัมพันธ์ข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตให้ประชาชนรับทราบอย่างสม่ำเสมอ เพื่อเป็นการยกระดับคุณภาพชีวิตของประชาชนให้ดีขึ้นอย่างยั่งยืน

ข้อเสนอแนะเพื่อทำการวิจัยครั้งต่อไป

1. การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาวิจัยของประชาชนที่อาศัยอยู่ในเขตชนบทเท่านั้น หากต้องการข้อมูลที่ครอบคลุมควรจะทำการศึกษาวิจัยประชาชนที่อาศัยอยู่ในเขตเมือง เพื่อศึกษาเปรียบเทียบข้อแตกต่างความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงกับคุณภาพชีวิตของประชาชนที่อาศัยอยู่ในชนบทกับในเมือง เพราะมีบริบททางสังคมวัฒนธรรมต่างกันอาจจะได้ข้อค้นพบที่ต่างกัน

2. ควรศึกษาข้อมูลเชิงคุณภาพเพื่อจะทำให้ได้ข้อมูลเชิงลึกโดยเน้นประเด็นการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงของประชาชนว่าหากมีปัญหาด้านคุณภาพชีวิต จะมีวิธีการหรือลักษณะการปฏิบัติตนหรือนำหลักการเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ให้เป็นรูปธรรมอย่างไร



เอกสารและสิ่งอ้างอิง

กนกวรรณ กรรยา. 2550. ความสัมพันธ์ระหว่างการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง กับ
คุณภาพชีวิตของประชาชนตำบลกกกุง อำเภอเมืองสรวง จังหวัดร้อยเอ็ด. วิทยานิพนธ์
รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิทยาการจัดการ, มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.

กานดา เต๊ะขันหมาก. 2552. ปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการดำเนินชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจ
พอเพียงของครัวเรือน ศึกษากรณีจังหวัดลพบุรี. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาพัฒนาสังคม, สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.

กรมการปกครอง กระทรวงมหาดไทย. 2541. เศรษฐกิจชุมชนพึ่งตนเอง: แนวความคิดและยุทธ
ศาสตร์. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ส่วนท้องถิ่น กรมการปกครอง.

กรมการปกครอง กระทรวงมหาดไทย. 2542. พออยู่ พอกิน (เศรษฐกิจพอเพียง). กรุงเทพฯ:
โรงพิมพ์ส่วนท้องถิ่น กรมการปกครอง.

กรมพัฒนาชุมชน. 2550. รายงานคุณภาพชีวิตคนชนบทไทยจากข้อมูลความจำเป็นขั้นพื้นฐาน
ปี 2550. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์บีทีเอส เพรส.

กฤษณา ประทัดสุนทรสาร. 2551. การดำเนินชีวิตของประชาชนในชุมชนคอยรุดตัก
เขตหนองจอก กรุงเทพมหานคร ตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง. ภาคนิพนธ์
รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง, มหาวิทยาลัย
ราชภัฏสวนสุนันทา.

กัลยา วานิชย์บัญชา. 2546. การวิเคราะห์สถิติ สถิติสำหรับการบริหารและการวิจัย. กรุงเทพฯ:
โรงพิมพ์แห่งจุฬา

เกษม วัฒนชัย. 2550. เอกสารประกอบคำบรรยาย เศรษฐกิจพอเพียงกับการพัฒนาท้องถิ่น10ปี
ราชภัฏร้อยเอ็ด วันที่ 11 กรกฎาคม 2550 จัดโดยมหาวิทยาลัยราชภัฏร้อยเอ็ด. กาลสินธุ์:
การพิมพ์.

กองพัฒนาสังคม เศรษฐกิจ และสิ่งแวดล้อม กรมการพัฒนาชุมชน กระทรวงมหาดไทย. 2543.

รูปแบบการดำเนินงานเชิงธุรกิจของกลุ่มอาชีพพัฒนาชุมชน. กรุงเทพฯ: บริษัท
เพาเวอร์ พรินท์ จำกัด.

คณะกรรมการวิชาศิลปะการดำเนินชีวิต. 2551. **ศิลปะการดำเนินชีวิต.** ศูนย์วิชาบูรณาการ หมวด
วิชาศึกษาทั่วไป. พิมพ์ครั้งที่ 9. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

คณะอนุกรรมการขับเคลื่อนเศรษฐกิจพอเพียง. 2547. **นานาคำถามเกี่ยวกับปรัชญาของเศรษฐกิจ
พอเพียง.** กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ.

คณะอนุกรรมการขับเคลื่อนเศรษฐกิจพอเพียง สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม
แห่งชาติ. 2548. **เศรษฐกิจพอเพียงคืออะไร.** กรุงเทพฯ: ม.ป.ท.

คำตัน บุญณณี. 2545. **คุณภาพชีวิตของประชาชนในกำแพงนครเวียงจันทน์ สาธารณรัฐ
ประชาธิปไตยประชาชนลาว.** วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาพัฒนาสังคม,
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

ชนัดดา ภูหงส์ทอง. 2551. **ความสัมพันธ์ระหว่างการดำรงชีพตามหลัก ปรัชญาเศรษฐกิจ
พอเพียงกับความสุขเชิงอัตวิสัยในเกษตรกร.** วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาจิตวิทยาสังคม, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ชุมพลภัทร์ คงธนจารุอนันต์. 2551. **การดำเนินชีวิตและคุณภาพชีวิตตามแนวทางปรัชญา
เศรษฐกิจพอเพียงของเกษตรกรในหมู่บ้านหนองมะจับ ตำบลแม่แฝก อำเภอสันทราย
จังหวัดเชียงใหม่.** วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาส่งเสริมการเกษตร,
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

ณัฐพงษ์ ทองภักดี. 2550. “ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ปรัชญาและความหมาย.” วารสารพัฒนา
บริหารศาสตร์ 47 (1): 1-26 .

ณรงค์ ศรีสวัสดิ์. 2542. **วิธีการวิจัยทางสังคมวิทยา**. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

_____. 2552. **เทคนิคการวิจัยทางวิทยาศาสตร์สังคม**. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬา.

ณรงค์ศักดิ์ ตะละภักดิ์ และคณะ. 2547. **ยุทธศาสตร์การพัฒนาคุณภาพชีวิต**. พิมพ์ครั้งที่ 6.
กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์แปดสิบเจ็ด.

เดชา กลิ่นจันทร์. 2549. **การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างระดับการรับรู้กับระดับการนำไปปฏิบัติ
ตามแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของเกษตรกรในจังหวัดนครราชสีมา**. วิทยานิพนธ์
ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสังคมศาสตร์เพื่อการพัฒนา, มหาวิทยาลัยราชภัฏ
นครราชสีมา.

ชนภัทร์ สุทธิ. 2550. **การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ
เทศบาลตำบลด่านซ้าย อำเภอด่านซ้าย จังหวัดเลย**. สารนิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต
สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

นิคม มุสิกคามะ. 2542. **ทฤษฎีใหม่ในหลวง: ชีวิตที่พอเพียง**. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ร่วม
ด้วยช่วยกัน.

นันทน์ภัส บุญเยี่ยม. 2551. **ทัศนะของประชาชนต่อการนำแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงประยุกต์ใน
ชีวิตประจำวัน :กรณีศึกษาประชาชนในตำบลคลองประเวศ อำเภอบ้านโพธิ์ จังหวัด
ฉะเชิงเทรา**. ภาคนิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาพัฒนาสังคม, สถาบันบัณฑิตพัฒน
บริหารศาสตร์.

นพพร เมธีอนันต์กุล. 2549. **การนำแนวปฏิบัติตามปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงไปใช้ในการ
ดำเนินชีวิต:กรณีศึกษา เกษตรกรลูกค้า ธ.ก.ส. อำเภอนิคมบรู่ จังหวัดเพชรบูรณ์**.
ภาคนิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาพัฒนาสังคม, สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.

นิสารัตน์ ศิลปะเดช. 2540. **องค์ประกอบคุณภาพชีวิตระดับบุคคล. คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี โปรแกรมวิชาวิทยาศาสตร์ทั่วไป สถาบันราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา.**

บุญเรียง ขจรศิลป์. 2543. **การวิเคราะห์และแปลความหมายข้อมูลในการวิจัยโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS for Windows. กรุงเทพฯ: ภาควิชาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.**

เบญจวรรณ กำธรวัชระ. 2537. **สังคมวิทยาสุขภาพ. คณะสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล.**

ปรีชา เปี่ยมพงศ์สานต์. 2543. **วิธีใหม่แห่งการพัฒนา : วิธีวิทยาศึกษาสังคมไทย. กรุงเทพฯ: คณะเศรษฐศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.**

ประภาส บารมี. 2546. **คุณภาพชีวิตของประชาชนที่อาศัยในชุมชนชาวแพ อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก. วิทยานิพนธ์สาธาณสุขศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสาธาณสุข, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.**

ประเวศ วะสี. 2550. **เศรษฐกิจพอเพียงและประชาสังคม แนวทางฟื้นฟูเศรษฐกิจสังคม. พิมพ์ครั้งที่ 6. กรุงเทพฯ: หมอชาวบ้าน.**

พิกุล นันทชัยพันธ์. 2548. **“คุณภาพชีวิตของสมาชิกในครอบครัวผู้ติดเชื้อเอชไอวีและเอดส์ ในชนบทภาคเหนือของประเทศไทย.” วารสารพยาบาลสาร 33 (1): 122-134.**

พระธรรมปิฎก. 2544. **การพัฒนาที่ยั่งยืน. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มูลนิธิโกมลคีมทอง.**

มูลนิธิชัยพัฒนา. 2550. **พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวกับการพัฒนาภูมิสังคมอย่างยั่งยืน. กรุงเทพฯ: มูลนิธิชัยพัฒนา.**

ลาวัลย์ กิจรุ่งเรืองกุล. 2547. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตของผู้ติดเชื้อเอชไอวีและผู้ป่วยเอดส์. การศึกษาอิสระสาขารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิทยาการจัดการ, มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.

วรรณ กุมารจันทร์. 2543. คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตภาคใต้ตอนบน. วิทยานิพนธ์ สาขารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลผู้สูงอายุ, มหาวิทยาลัยมหิดล.

รววัฒน์ เกตุเพชร. 2550. การเรียนรู้การใช้ชีวิตตามแนวทางปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง กรณีศึกษาประชาชนในเขตตำบลแซร์อ้อ อำเภอวัฒนานคร จังหวัดสระแก้ว. การศึกษาอิสระรัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการปกครองท้องถิ่น, มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

วัลลภ พรหมทอง. 2543. เกษตรทฤษฎีใหม่ตามแนวพระราชดำริ. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช.

สกล พรหมสิน. 2546. ความสัมพันธ์ระหว่างการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงกับคุณภาพชีวิตของประชาชน ตำบลหงษ์เจริญ ตำบลท่าแซะ จังหวัดชุมพร. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาพัฒนาสังคม, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

สุชาติ ประสิทธิ์รัฐสินธุ์. 2546. ระเบียบวิธีการวิจัยทางสังคมศาสตร์. พิมพ์ครั้งที่ 12. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์สามลดา.

สำนักงานพัฒนาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งชาติ. 2543. วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีกับเศรษฐกิจพอเพียง. กรุงเทพฯ: กระทรวงวิทยาศาสตร์เทคโนโลยีและสิ่งแวดล้อม.

สุนิสา สุขชี. 2552. แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของชุมชนตำบลพงสวาย อำเภอเมือง จังหวัดราชบุรี. วิทยานิพนธ์รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง, มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา.

สันสกฤต มณีโมไนย. 2551. ความรู้ ความเข้าใจและการนำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงไปใช้ในการ
ดำเนินชีวิต : ศึกษากรณี นักศึกษาปริญญาโท ภาคพิเศษ คณะพัฒนาสังคมและสิ่งแวดล้อม
สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์. ภาคนิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาพัฒนา
สังคม, สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.

เสน่ห์ จามริก. 2542. ทฤษฎีใหม่ในหลวง “ชีวิตที่พอเพียง”. กรุงเทพฯ: ร่วมด้วยช่วยกัน.

สุภา แก้วบริสุทธิ. 2547. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตเกษตรกรชาวสวนยางพารา จังหวัด
สงขลา. วิทยานิพนธ์สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลอนามัยชุมชน,
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.

สุภาภรณ์ ธารผาภูมิ. 2550. คุณภาพชีวิตตามแนวเศรษฐกิจพอเพียงและคุณภาพชีวิตในการ
ทำงาน กรณีศึกษา: เกษตรกร ตำบลดอนมะเกลืออำเภออุทุมพร จังหวัดสุพรรณบุรี. ภาคนิพนธ์บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต สาขาการจัดการทั่วไป, มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม.

สภาที่ปรึกษาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. 2549. สรุปการประชุมสัมมนาเรื่องสถานการณ์และภัย
คุกคามคุณภาพชีวิตของคนไทย วันที่ 4 กรกฎาคม 2549.

สมพร เทพสิทธิ์า. 2549ก. ดวงประทีปจากพระบรมราโชวาท พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว.
กรุงเทพฯ: บริษัท พิมพ์สวย จำกัด.

สมพร เทพสิทธิ์า. 2549ข. การเดินตามรอยพระยุคลบาทเศรษฐกิจพอเพียง ช่วยแก้ปัญหาความ
ยากจนและการทุจริต. กรุงเทพฯ: กองทุนอริยมรรค.

สุเมษ ตันติเวชกุล. 2549. หลักธรรม หลักทำ ตามรอยพระยุคลบาท. กรุงเทพฯ:
ด้านสุทธาการพิมพ์

สุรเกียรติ์ เสถียรไทย. 2542. ทฤษฎีใหม่ในหลวง: ชีวิตที่พอเพียง. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์
ร่วมด้วยช่วยกัน.

สรินญา อติแพทย์. 2551. การดำเนินชีวิตตามแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงของคณะกรรมการแผนชีวิตชุมชน กรณีศึกษาชุมชนขยายผลในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์สังคมสงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการบริหารและนโยบายสวัสดิการสังคม, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

ไสว บุญมา. 2543. เศรษฐกิจพอเพียง: ภูมิปัญญาชาติไทย. กรุงเทพฯ: พี.เอ.ดีฟวิ้ง.

สุวัฒน์ มหัตนรินทร์กุล, วิระวรรณ ตันติพิวัฒนสกุล, วนิตา พุ่มไพศาลชัย, กรองจิตต์ วงศ์สุวรรณ และราณี พรมานะจรัสกุล. 2540. เปรียบเทียบแบบวัดคุณภาพชีวิตขององค์กรอนามัยโลก ชุด 100 ตัวชี้วัดและ 26 ตัวชี้วัด. รายงานวิจัยโรงพยาบาลสวนปรุง จังหวัดเชียงใหม่ กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข.

สุวรรณีย์ คำมั่น. 2547. โอกาสสุดท้ายของประเทศไทย: เป้าทองของการพัฒนาคนไทยให้ก้าวไกลอย่างยั่งยืน. สำนักพัฒนาสังคมและคุณภาพชีวิต สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ.

เสาวนีย์ ดนะคุลย์. 2533. คุณภาพชีวิตของประชาชนในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์สังคมวิทยามหาบัณฑิต สาขาวิชาสังคมวิทยา, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

สำนักงานสาธารณสุข จังหวัดลำพูน. 2547. เอกสารแนวทางการปฏิบัติงานเมืองไทยสุขภาพดี. ม.ป.ท.

สำนักทะเบียน อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง. 2553. แบบรายงานบัญชีคนในบ้าน ณ วันที่ 7 ตุลาคม 2553. ม.ป.ท.

องค์การบริหารส่วนตำบลสุโสะ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง. แผนพัฒนา 3 ปี พ.ศ. 2553 – 2555. ม.ป.ท.

อัจฉรา นวจินดา. 2548ก. เอกสารประกอบการสอนวิชาหลักคหกรรมศาสตร์. มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. (อัคราณา).

อัจฉรา นวจินดา. 2548ข. **คหกรรมศาสตร์กับคุณภาพชีวิตตามแนวเศรษฐกิจพอเพียง (Home Economics Versus Sufficiency Economy and Quality of Life)**. เอกสารประกอบการบรรยายวิชา 06511 (หลักคหกรรมศาสตร์). (อัคราเนนา).

_____. 2549. **ทฤษฎีคุณภาพชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง**. รายงานการประชุมวิชาการประชากรศาสตร์แห่งชาติ 2549 โดยสมาคมนักประชากรไทย 23-24 พฤศจิกายน 2549. กรุงเทพฯ: จรัสสินทวงศ์การพิมพ์.

_____. และ วรรณวิมล ดั่งกัลลัด. 2549. **เอกสารประกอบการบรรยายการประยุกต์หลักเศรษฐกิจพอเพียงในงานคหกรรมศาสตร์**. การสัมมนาวิชาการคหกรรมศาสตร์แห่งชาติครั้งที่ 16 วันที่ 14-15 ธันวาคม 2549.

อัญชลี ภัทรพงศ์สินธุ์. 2543. **ปัจจัยสิ่งแวดล้อมทางสังคมและเศรษฐกิจที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตของประชาชน ศึกษาเฉพาะกรณีชุมชนแออัดวัดหนองใหญ่และเคหะรัชดาออเงิน เขตสายไหม กรุงเทพมหานคร**. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิทยาศาสตร์สิ่งแวดล้อม, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

อรศุดา เจริญรัต. 2552. **คำฟอสอน : ประมวลพระบรมราโชวาทและพระราชดำรัสเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง**. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์กรุงเทพ.

Berghorn, F. J., *et al.* 1981. **The dynamics of aging: Original essays on the process and experience of growing old**. Colorado: Westview Press.

Denham, M. J. 1991. **Care of the long-stay elderly patient**. 2nd ed. London: Chapman and Hall.

Flynn, M. K., and R. Frantz. 1987. **Coronary artery bypass surgery: Quality of life during early convalescence**. *Heart and Lung* 23 (March): 159.

Kline, R.B. 2005. **Principles and practice of structural equation modeling**. New York: Guilford Press.

Meeberg, G.A. 1993. **Quality of life: A concept analysis**. Journal of Advance Nursing, 18: 32- 38.

Peace, S.M. 1990. **Researching social gerontology: Concepts, methods and issues**. London: SAGE.

Sharma, R.C. 1988. **Population, Resources Environment and Quality of Life**. Handbook of Pedagogical Aspects and Knowledge Base of Population Education. Second Edition. Dhampat Rai & Son Education, Delhi.

Stromberg, M. F. 1984. Selection and instrument to measure quality of life. **Oncology Nursing Forum**. 11: 88-91.





แบบสอบถาม

เรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงกับคุณภาพชีวิต ของประชาชนตำบลสุโตะ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง

คำชี้แจง

1. แบบสอบถามฉบับนี้ใช้สำหรับเก็บข้อมูลประชาชนในตำบลสุโตะ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง
2. แบบสอบถามฉบับนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับคุณภาพชีวิตของประชาชน และศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงกับคุณภาพชีวิตของประชาชน ตำบลสุโตะ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง เพื่อหาข้อเสนอแนะในการพัฒนาคุณภาพชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงให้แก่ประชาชนตำบลสุโตะ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง
3. ข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามนี้ จะไม่มีชื่อผู้ถูกค้นหรือผลกระทบใดๆต่อผู้ตอบแบบสอบถาม และยืนยันว่าข้อมูลที่ได้ทั้งหมดจะนำไปเป็นประโยชน์เพื่อการศึกษาเท่านั้น
4. แบบสอบถามชุดนี้แบ่งออกเป็น 3 ตอน ดังนี้
ตอนที่ 1 เป็นข้อคำถามเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคล มีข้อคำถาม 9 ข้อ
ตอนที่ 2 เป็นข้อคำถามเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของประชาชน มีข้อคำถาม 36 ข้อ
ตอนที่ 3 เป็นข้อคำถามเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง มีข้อคำถาม 60 ข้อ
5. กรุณาตอบแบบสอบถามทุกข้อตามความเป็นจริงที่ตรงกับความพึงพอใจและการปฏิบัติของท่าน
6. ผู้วิจัยขอขอบพระคุณผู้ตอบแบบสอบถามทุกท่านที่ให้ข้อมูล

นายชัยวัฒน์ ชีระกุลพิศุทธิ์

นิติศาสตรบัณฑิต

สาขาสังคมวิทยาประยุกต์

คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ชื่อ – สกุล ผู้ตอบแบบสอบถาม (นาย / นาง / นส.).....

บ้านเลขที่.....หมู่ที่..... ตำบล สุโสะ อำเภอ ปะเหลียน จังหวัด ตรัง

ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคล

คำอธิบาย โปรดทำเครื่องหมาย \surd ลงใน () หน้าข้อความที่เป็นจริงเกี่ยวกับตัวท่านมากที่สุด และโปรดเติมข้อมูลลงในช่องว่าง

1. เพศ

- (1) ชาย (2) หญิง

2. อายุ (จนถึงวันเกิดครั้งสุดท้าย).....ปี

3. ระดับการศึกษา

- (1) ประถมศึกษาหรือต่ำกว่า (2) มัธยมศึกษา / ปวช.
 (3) อนุปริญญา / ปวส. (4) ปริญญาตรี
 (5) ปริญญาโท หรือสูงกว่า (6) อื่นๆ (ระบุ).....

4. สถานภาพการสมรส

- (1) โสด (2) สมรส
 (3) หม้าย (4) หย่าร้าง
 (5) แยกกันอยู่

5. จำนวนสมาชิกในครอบครัวของท่าน (นับรวมตัวท่านด้วย)คน

6. อาชีพหลักของท่าน

- (1) ทำสวนยางพารา (2) ประมง
 (3) ค้าขาย (4) รับจ้างทั่วไป
 (5) ประกอบธุรกิจส่วนตัว (6) ทำนา
 (7) รับราชการ (8) อื่นๆ (โปรดระบุ).....

7. รายได้สุทธิของท่านรวมกันต่อเดือนบาท

8. รายจ่ายของท่านรวมกันทั้งเดือน.....บาท

9. ท่านเคยได้รับข้อมูลข่าวสารเรื่องเศรษฐกิจพอเพียงหรือไม่

- (0) ไม่เคยได้รับ (1) เคยได้รับ

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของประชาชน

คำอธิบาย: โปรดทำเครื่องหมาย \surd ลงในช่องที่ตรงกับคำถามที่เกี่ยวกับคุณภาพชีวิตตามระดับความพึงพอใจของท่าน และกรุณาตอบคำถามให้ครบทุกข้อ

ข้อ	คุณภาพชีวิตของประชาชน	ระดับความพึงพอใจ				
		มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
1. ด้านร่างกาย						
1	ท่านพอใจกับสุขภาพของท่านมาก น้อยเพียงใด					
2***	การเจ็บปวดตามร่างกาย เช่น ปวดหัว ปวดท้อง ปวดตามตัว ทำให้ท่าน ไม่สามารถทำในสิ่งที่ต้องการ					
3	ท่านมีกำลังเพียงพอที่จะทำสิ่งต่างๆ ในแต่ละวันไหม					
4	ท่านพอใจกับการนอนหลับของท่าน					
5***	ท่านจำเป็นต้องไปรับการรักษาพยาบาล เพื่อที่จะทำงานหรือมีชีวิตอยู่ไปได้ ในแต่ละวัน					
6	ท่านและสมาชิกในครอบครัวมีความรู้ เบื้องต้นในการป้องกันตนเองให้ปราศจาก โรคภัยไข้เจ็บ					
7	ท่านใช้ชีวิตโดยไม่เกี่ยวข้องกับอบายมุข และสิ่งเสพติด					
8	ท่านและสมาชิกในครอบครัวของท่าน บริโภคอาหารครบ 3 มื้อในแต่ละวัน					
9	ท่านมีความพึงพอใจต่อเครื่องอำนวยความสะดวก สะดวกในที่อยู่อาศัยของท่าน					

ข้อ	คุณภาพชีวิตของประชาชน	ระดับความพึงพอใจ				
		มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
10	ท่านและสมาชิกในครอบครัวมีการบริโภคอาหารที่ปลอดภัยปราศจากสารพิษต่างๆ					
11	ท่านและสมาชิกในครอบครัวมีการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ					
12	ท่านและสมาชิกในครอบครัวมีการพูดคุยถึงการดูแลรักษาสุขภาพของตนเองอย่างสม่ำเสมอ					
2. ด้านจิตใจ						
1	ท่านมีสมาธิในการทำงานต่าง ๆ ดีเพียงใด					
2	ท่านรู้สึกพึงพอใจในชีวิต (เช่น มีความสุข ความสงบ มีหวัง)					
3	ท่านมีโอกาสได้พักผ่อนคลายเครียด					
4	ท่านพอใจต่อการผูกมิตรหรือเข้ากับคนอื่นในสังคม					
5***	ท่านมีความรู้สึกไม่ดี เช่น รู้สึกเหงา เศร้า หดหู่ ลึนหวัง วิตกกังวล					
6	ท่านมีความพึงพอใจต่อการได้รับความรักจากสมาชิก ในครอบครัว					
7	ความเชื่อในศาสนาของท่านมีผลต่อการดำเนินชีวิตของท่าน					
8	แม้ท่านจะไม่มีทรัพย์สินมากเท่ากับเพื่อนบ้านแต่ท่านก็พอใจที่ไม่ต้องเป็นหนี้ผู้อื่น					

ข้อ	คุณภาพชีวิตของประชาชน	ระดับความพึงพอใจ				
		มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
3. ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม						
1	ท่านรู้สึกว่าคุณชีวิตมีความมั่นคงปลอดภัยในแต่ละวัน					
2	ท่านได้รู้เรื่องราวข่าวสารที่จำเป็นในชีวิตแต่ละวัน					
3	ท่านรู้สึกว่าคุณชีวิตท่านมีความหมาย					
4	ท่านพอใจในชีวิตทางเพศของท่าน					
5	สมาชิกในครอบครัวของท่านมีการสื่อสารและทำกิจกรรมร่วมกันสม่ำเสมอ					
6	ท่านพอใจกับการช่วยเหลือที่เคยได้รับจากเพื่อนบ้าน					
7	ท่านได้รับการชักชวนและเข้าร่วมกิจกรรมในชุมชนเสมอ					
8	ท่านมีความพึงพอใจต่อความสัมพันธ์กับผู้อื่นในชุมชน					
4. ด้านสิ่งแวดล้อม						
1	ท่านรู้สึกมีความมั่นคงปลอดภัยเมื่อเดินทางภายในชุมชน					
2	สภาพแวดล้อมปัจจุบันดีต่อสุขภาพร่างกายของท่าน					
3	ท่านพอใจกับเส้นทางในการเดินทางไปไหนมาไหนของท่าน					
4	ท่านคิดว่าท่านมีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับใด					

ข้อ	คุณภาพชีวิตของประชาชน	ระดับความพึงพอใจ				
		มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
5	ท่านพอใจกับสภาพบ้านเรือนที่อยู่ตอนนี้					
6	ท่านมีความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมในชุมชนของท่าน					
7	ท่านร่วมดูแลและรักษาสิ่งสาธารณประโยชน์ต่างๆ ของชุมชน					
8	ท่านมีความพึงพอใจที่ได้รับการยอมรับนับถือจากผู้อื่นในชุมชน					

ตอนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง

คำอธิบาย: โปรดทำเครื่องหมาย \checkmark ลงในช่องที่ตรงกับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงในด้านต่างๆของท่าน และกรุณาตอบคำถามให้ครบทุกข้อ

ข้อ	การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง	ระดับการปฏิบัติ				
		มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
1. ด้านความพอประมาณ						
1	ท่านมีรายได้ที่ได้รับพอดีกับรายจ่าย					
2	ท่านไม่กู้เงินเงินนอกระบบ เพื่อนำมาเป็นค่าใช้จ่ายในครอบครัว					
3	ท่านเลือกใช้สินค้าที่ใช้ในชีวิตประจำวันที่มีราคาเหมาะสม					
4	ท่านรับประทานอาหารที่บ้านเป็นประจำ					
5*	ท่านนำเงินไปซื้อหวยหรือลอตเตอรี่					

ข้อ	การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง	ระดับการปฏิบัติ				
		มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
6	ท่านไม่ซื้อสินค้าที่เกินความจำเป็น					
7	ท่านปลูกพืชผักสวนครัวไว้เพื่อรับประทานในครอบครัว					
8*	บ้านเรือนของท่านสร้างขึ้นและตกแต่งจากวัสดุที่มีราคาแพง					
9	ท่านซ่อมแซมเสื้อผ้า, ข้าวของเครื่องใช้ต่างๆ ที่ชำรุดเพื่อนำกลับมาใช้อีกครั้ง โดยไม่ต้องซื้อใหม่					
10*	ท่านคิดอยากได้สิ่งต่างๆ เหมือนที่คนอื่นๆ เขามีกัน					
11	ท่านนำวัตถุดิบในท้องถิ่นมาประกอบอาหาร โดยไม่ต้องซื้อหา					
12	ท่านสอนลูกหลานให้ใช้จ่ายแต่เรื่องจำเป็น รู้จักประมาณตนเองในทุกเรื่อง					
13*	ท่านพูดหรือคิด เปรียบเทียบฐานะของตนเองกับคนอื่นอยู่เสมอ					
14	ท่านซื้อสิ่งของฟุ่มเฟือยน้อยลงแม้ว่าจะมีรายได้เพียงพอที่ซื้อได้					
15*	ท่านมักจะซื้อข้าวของเครื่องใช้ที่อำนวยความสะดวกโดยการกู้หนี้ยืมสินหรือการซื้อของเงินผ่อน เช่น เครื่องซักผ้า โทรศัพทมือถือ เป็นต้น					

ข้อ	การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง	ระดับการปฏิบัติ				
		มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
2. ด้านความมีเหตุผล						
1**	ท่านทำเรื่องต่างๆ ตามอารมณ์ของตนเองมากกว่าใช้เหตุผล					
2	ท่านมีการวางแผนเรื่องรายรับและรายจ่ายของครอบครัวเสมอ					
3	ท่านยอมรับผลที่เกิดขึ้นจากการตัดสินใจของท่านในเรื่องต่างๆ					
4	ท่านมีการพิจารณาอย่างรอบคอบก่อนที่จะตัดสินใจใช้จ่ายและพิจารณาทางเลือกที่มีเหตุผลและประหยัดอยู่เสมอ					
5	เมื่อสมาชิกในครอบครัวของท่านเจ็บป่วยท่านได้เลือกเข้ารับการรักษาพยาบาลที่โรงพยาบาลของรัฐบาล					
6	ท่านมีการใช้ปุ๋ยชีวภาพ ปุ๋ยหมัก ปุ๋ยคอก มูลสัตว์ต่างๆ หรือทำปุ๋ยชีวภาพ ทำปุ๋ยหมักทำปุ๋ยพืชสด ฯลฯ ไว้ใช้เอง และลดปริมาณการใช้ปุ๋ยเคมี					
7	ท่านประหยัดโดยการใช้แรงงานในครอบครัวช่วยทำงาน แทนการจ้างผู้อื่น					
8	เมื่อมีปัญหาในครอบครัวท่านจะใช้วิธีการแก้ไขอย่างมีเหตุมีผล					
9	ท่านใช้บริการซื้อสินค้าเงินสด					
10*	เมื่อสมาชิกในครอบครัวเจ็บป่วยท่านเลือกที่จะเข้ารับการรักษาพยาบาลจากโรงพยาบาลของเอกชน/คลินิก					

ข้อ	การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง	ระดับการปฏิบัติ				
		มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
3. ด้านการมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี						
1	ท่านใช้จ่ายน้อยกว่ารายได้ที่ได้รับเพื่อเหลือเงินออม					
2	ท่านจัดทำบัญชีรายรับ-รายจ่ายหรือวางแผนการใช้จ่าย					
3	ท่านมีเงินออมเพื่อใช้จ่ายยามจำเป็น					
4	ท่านลด ละ เลิก เหล้า บุหรี่ และอบายมุข					
5	ท่านออกกำลังกายเป็นประจำเพื่อการมีสุขภาพแข็งแรง					
6	ปัจจุบันบ้านเรือนของท่านมีความแข็งแรง					
7*	เมื่อสมาชิกในครอบครัวเจ็บป่วยท่านต้องกู้ยืมเงินมาเพื่อรักษาพยาบาล					
8	ท่านมีการถนอมอาหารเพื่อไว้บริโภค เช่น การแปรรูปประเภทผลไม้และอาหารต่างๆ					
9	ท่านสร้างการเรียนรู้ภูมิคุ้มกันที่ดีให้สมาชิก เช่น การออมเงินเพื่อลงทุน การสร้างครอบครัวที่อบอุ่น การช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ฯลฯ					
10*	ท่านมีความรู้สึกวิตกกังวลในเรื่องอนาคตทางการเงินอยู่เสมอ					

ข้อ	การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง	ระดับการปฏิบัติ				
		มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
4. ด้านการมีความรู้						
1	ท่านมักนำความรู้ใหม่ๆที่ได้มาปรับปรุงการประกอบอาชีพให้ดีขึ้น					
2	ท่านประกอบอาชีพเสริมภายในพื้นที่บริเวณที่พักอาศัย เช่น ปลูกผักสวนครัว เลี้ยงปลา เลี้ยงไก่ ฯลฯ เพื่อลดค่าใช้จ่ายในครอบครัว เป็นการอยู่อย่างพอเพียง					
3	ท่านใช้ชีวิตอย่างพอเพียง ประหยัด อุดม ไม่ฟุ่มเฟือย โดยเน้นการดำเนินชีวิตตามแนวพระราชดำริของในหลวง					
4	ท่านมีการรับรู้ถึงการเปลี่ยนแปลงของสังคมอยู่เสมอ					
5	ท่านนำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตของท่านในทุกๆ ด้าน					
6	ท่านค้นคว้าหาความรู้ที่เกี่ยวข้องกับอาชีพและการดำเนินชีวิตอย่างต่อเนื่อง และนำมาประยุกต์กับตนเองและครอบครัว					
7	เพื่อนบ้านมักขอคำแนะนำ /ปรึกษาปัญหาต่างๆ กับท่านอยู่เสมอ					
8	ท่านมีการประหยัดพลังงาน เช่น ประปา ไฟฟ้า โทรศัพท์ น้ำมันเชื้อเพลิง หรือใช้น้ำมันทดแทนที่มีราคาถูก					
9	ท่านประกอบอาชีพโดยคำนึงถึงการอนุรักษ์ทรัพยากร ธรรมชาติและสภาพแวดล้อม					

ข้อ	การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง	ระดับการปฏิบัติ				
		มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
10	ท่านสนับสนุนให้บุตรหลานสืบทอดภูมิปัญญาของครัวเรือน/ชุมชน เช่น เทคนิคต่างๆในการประกอบอาชีพ การใช้สมุนไพร งานช่างฝีมือหัตถกรรมต่างๆ ฯลฯ					
5. ด้านการคุณธรรม						
1	ท่านมีจิตใจเอื้ออาทรและช่วยเหลือเกื้อกูลกันในสังคม					
2	ท่านมีการกระทำอันคำนึงถึงผลประโยชน์ของส่วนรวมเป็นหลัก					
3	เมื่อมีข้อขัดแย้งท่านเลือกใช้การแก้ปัญหาด้วยสันติวิธี					
4	ท่านเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆของสังคมอย่างสม่ำเสมอ					
5	สมาชิกในครอบครัวของท่านมีความห่วงใย เอาใจใส่กันซึ่งกันและกันช่วยเหลือซึ่งกันและกันเมื่อมีปัญหา					
6	ท่านส่งเสริมการรู้จักสามัคคีร่วมพลังกันเพื่อทำกิจกรรม ในครอบครัวและในสังคม					
7	สมาชิกในครอบครัวของท่านเคารพในสิทธิ เสรีภาพซึ่งกันและกัน					
8	เมื่อเกิดปัญหาความไม่สบายใจ สมาชิกในครอบครัวจะนำหลักศาสนามาช่วยคิดแก้ปัญหา					

ข้อ	การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง	ระดับการปฏิบัติ				
		มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
9	ท่านช่วยเหลือกันในกลุ่มผู้ประกอบอาชีพเดียวกันช่วยให้เกิดความเข้มแข็งและรักใคร่สามัคคีกัน					
10	ท่านมีความสามารถในการปรับตัวให้อยู่ร่วมกับเพื่อนบ้านและชุมชนที่ท่านอาศัยอยู่ได้					
11	ท่านเป็นคนที่มียุทธศาสตร์ที่ดีกับผู้อื่น					
12	ท่านให้บุตรหลานเข้าร่วมกิจกรรมตามหลักศาสนา ประเพณี และวัฒนธรรมท้องถิ่นอยู่เป็นประจำ					
13	ท่านรู้จักช่วยเหลือเพื่อนบ้านยามประสบภัยต่างๆ หรือโอกาสอื่นๆ ตามสมควร					
14	ท่านปฏิบัติตนเป็นพลเมืองที่ดีเพื่อเป็นแบบอย่างที่ดีให้แก่เยาวชน					
15	ท่านรู้จักการประมาณตนเพราะสอดคล้องกับหลักศาสนาของท่าน					

ปัญหาและข้อเสนอแนะการพัฒนาคุณภาพชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง

1. ปัญหา

1.1 ท่านมีปัญหอะไรบ้างในการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง

1.1.1.....

1.1.2.....

1.1.3.....

1.1.4.....

1.1.5.....

1.2 ท่านมีปัญหอะไรบ้างในคุณภาพชีวิตของท่าน

1.2.1.....

1.2.2.....

1.2.3.....

1.2.4.....

1.2.5.....

2. ข้อเสนอแนะ

2.1 ท่านมีข้อเสนอแนะในการแก้ไขปัญหาดังกล่าวข้างต้นอย่างไร

2.1.1.....

2.1.2.....

2.1.3.....

2.1.4.....

2.1.5.....



ภาคผนวก ข
ข้อมูลพื้นฐานของตำบลคูโตะ

ข้อมูลพื้นฐานของตำบลสุโตะ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง

1. ประวัติความเป็นมาตำบลสุโตะ

ประวัติเล่ากันว่า ตำบลสุโตะในอดีตเป็นป่าทึบ พื้นที่อุดมสมบูรณ์ ได้มีชาวมลายูเชื้ออยู่ครอบครัวหนึ่ง หัวหน้าครอบครัวชื่อว่า นายโสะ อพยพมาตั้งถิ่นฐานอยู่บริเวณริมคลอง (หมู่ที่ 1 ตำบลสุโตะ ในปัจจุบัน) ต่อมาเมื่อมีคนเข้ามาอาศัยกันเพิ่มมากขึ้น เมื่อชาวบ้านไปมาหาสู่กันก็จะใช้บ้านของนายโสะเป็นศูนย์กลางในการพบหาและมักพูดกันว่าไป “บ้านสุโสะ” (คำว่า สุ หมายถึงน้ำ) เมื่อนานวันเข้าคำว่าสุ ได้ถูกกร่อนลงเป็นคำว่า สุ จึงพูดกันติดปากว่าไป “บ้านสุโสะ” ต่อมาเมื่อทางราชการมีการจัดตั้งตำบลขึ้นจึงได้จัดตั้งพื้นที่เป็นตำบล เรียกว่า “ตำบลสุโตะ” จนถึงปัจจุบัน

2. สภาพภูมิศาสตร์

1) ที่ตั้งและอาณาเขต

ตำบลสุโตะ ตั้งอยู่ทางทิศใต้ของจังหวัดตรัง ห่างจากตัวจังหวัดประมาณ 45 กิโลเมตร และห่างจากที่ว่าการอำเภอปะเหลียนไปทางทิศเหนือ ประมาณ 7 กิโลเมตร มีพื้นที่ทั้งหมดประมาณ 101 ตารางกิโลเมตร หรือประมาณ 63,125 ไร่ มีอาณาเขตติดต่อกับตำบลต่างๆ ดังนี้

ทิศเหนือ	ติดต่อกับตำบลบ้านนา	อำเภอปะเหลียน
ทิศใต้	ติดต่อกับตำบลท่าข้าม	อำเภอปะเหลียน
ทิศตะวันออก	ติดต่อกับตำบลทุ่งยาว	อำเภอปะเหลียน
ทิศตะวันตก	ติดต่อกับตำบลป่าหวี่, ตำบลตะเสะ	อำเภอหาดสำราญ

2) ลักษณะภูมิประเทศ

มีลักษณะเป็นที่ราบและลาดเอียงลงทางตอนใต้ พื้นที่บางส่วนติดกับลำคลองไหลลงสู่

ทะเล

3) ลักษณะภูมิอากาศ

3.1) ฤดูกาล แบ่งตามลักษณะของประเทศไทย ออกเป็น 2 ฤดู คือ

3.1.1) ฤดูร้อน เริ่มตั้งแต่กลางเดือนกุมภาพันธ์ถึงกลางเดือนพฤษภาคม

3.1.2) ฤดูฝน เริ่มตั้งแต่กลางเดือนพฤษภาคมถึงกลางเดือนกุมภาพันธ์

3.2) ลักษณะอากาศทั่วไปอยู่ภายใต้อิทธิพลของมรสุมที่พัดประจำเป็นฤดูกาล 2 ชนิด
คือ

3.2.1) ลมมรสุมตะวันตกเฉียงใต้ ช่วงกลางเดือนพฤษภาคมถึงกลางเดือนตุลาคม

3.2.2) ลมมรสุมตะวันออกเฉียงเหนือ ช่วงกลางเดือนตุลาคมถึงกลางเดือน
พฤษภาคม

3. ประชากร

- จำนวนครัวเรือนในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสุโสะ จำนวน 1,393 ครัวเรือน

- จำนวนประชากรในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสุโสะ จำนวน 6,577

4. สภาพทางสังคม

1) ศาสนา

- ประชากรส่วนใหญ่นับถือศาสนาอิสลาม ประมาณร้อยละ 85 นับถือศาสนาพุทธและศาสนาอื่นประมาณร้อยละ 15

2) การศึกษา

- โรงเรียนทั้งหมดในตำบลมีตั้งแต่ระดับมัธยมศึกษาไปจนถึงศูนย์พัฒนาเด็กเล็กและโรงเรียนสอนศาสนาอิสลามจำนวนทั้งสิ้น 14 แห่ง

3) สาธารณสุข

- มีสถานอนามัยประจำตำบลและหมู่บ้านจำนวน 2 แห่ง

4) ความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน

- มีที่พักสายตรวจจำนวน 1 แห่ง

5. สภาพทางเศรษฐกิจ

1) อาชีพ

- ประชากรส่วนใหญ่ในตำบลสุโสะประกอบอาชีพเกษตรกรรม(ประมาณ 1,130 ครัวเรือน) และมีพื้นที่ทำการเกษตรประมาณ 41,370 ไร่ ได้แก่การทำสวนยาง การผลิตยางตาเขียว และยางชำถุงเพื่อจำหน่าย การทำประมง การทำนาถั่ว นอกจากนี้ยังประกอบอาชีพรับจ้างทั้งในภาคเกษตรกรรมและอุตสาหกรรม ค้าขาย ข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ ธุรกิจส่วนตัวและอื่นๆ

2) รายได้

- รายได้เฉลี่ยต่อคนต่อปีของประชากรตำบลสุโสะ ปี 2552 ประมาณ 46,075 บาท

3) หน่วยธุรกิจในเขตตำบลสุโสะ

- มีสถานบริการน้ำมัน 1 แห่ง ร้านค้าปลีก 72 ร้าน จุดรับซื้อน้ำยาง 35 แห่ง

ประวัติการศึกษาและการทำงาน

ชื่อ – นามสกุล

นายชัยวัฒน์ ชีระกุลพิศุทธิ์

วัน เดือน ปี ที่เกิด

วันที่ 22 เดือนกันยายน พ.ศ. 2528

สถานที่เกิด

จังหวัดตรัง

ประวัติการศึกษา

ศิลปศาสตรบัณฑิต (รัฐประศาสนศาสตร์)

มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร

