

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้ มีเป้าหมายเพื่อพัฒนากระบวนการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมการบริโภคอย่างยั่งยืนในชุมชนระดับ จังหวัดนครปฐม โดยใช้วิธีวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม (PLAR) เพื่อสร้างกระบวนการเรียนรู้ให้กับชุมชนตำบลกระต๊อบในการใช้กระบวนการวิจัยในการแก้ปัญหาด้านสุขภาพจากพฤติกรรมการกิน-อยู่ในชุมชน

งานวิจัยนี้แบ่งเป็นโครงการวิจัยย่อย 3 โครงการ คือ 1) การพัฒนาพฤติกรรมกรรมการบริโภคเพื่อสุขภาพในชุมชนระดับ จังหวัดนครปฐม 2) การเสริมสร้างพฤติกรรมกรรมการบริโภคอย่างยั่งยืนสำหรับเยาวชนชุมชนระดับ จังหวัดนครปฐม และ 3) การพัฒนาอาหารพื้นถิ่นเพื่อส่งเสริมการบริโภคอย่างยั่งยืนในชุมชนระดับ จังหวัดนครปฐม

การพัฒนาพฤติกรรมกรรมการบริโภคเพื่อสุขภาพเน้นการพัฒนาศักยภาพ อสม. ให้ทำงานขับเคลื่อนชุมชนด้านสุขภาพร่วมกับ รพ.สต. ได้มีประสิทธิภาพ ดังนั้นการเรียนรู้จึงอยู่บนฐานของการทำงานในหน้าที่ประจำ โดยเข้ามามีส่วนร่วมกับกิจกรรมตั้งแต่การวางแผนจนถึงดำเนินงาน

การเสริมสร้างพฤติกรรมกรรมการบริโภคอย่างยั่งยืนสำหรับเยาวชนเน้นการปลูกฝัง สร้างการเรียนรู้ให้กับเยาวชนในการบริโภคอาหารอย่างระมัดระวัง เพื่อมิให้เกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรังตามมาในอนาคต ซึ่งการเรียนรู้ที่เหมาะสมวัยคือการเรียนรู้โดยการปฏิบัติจริงในพื้นที่ มีการสำรวจ ค้นหา เมนูอาหารสุขภาพในชุมชน แล้วจดจำฝึกคิดโดยการทำแผนที่ทางอาหาร ซึ่งเยาวชนได้รับทั้งความบันเทิงและสาระด้านอาหารและสุขภาพ

การพัฒนาอาหารพื้นถิ่นเพื่อส่งเสริมการบริโภคอย่างยั่งยืนเน้นการสร้างการเรียนรู้ให้กับแม่บ้าน ซึ่งถือว่าเป็นบุคคลสำคัญในการหยิบยื่นสุขภาพที่ดีให้กับครอบครัวผ่านอาหารที่ปรุงหรือเตรียม กลุ่มแม่บ้านได้เรียนรู้เรื่องสุขภาพ โภชนาการและหลักการบริโภคอาหารให้สมดุลกับสุขภาพ ประกอบกับฝีมือการปรุงอาหารที่ดีอยู่แล้ว ทำให้สามารถพัฒนาอาหารพื้นถิ่นเป็นอาหารสุขภาพ และหยิบยื่นให้กับชุมชนผ่านการจัดเลี้ยงในงานเทศกาลและงานออกร้านต่างๆ

ขั้นตอนของการเกิดกระบวนการเรียนรู้และการเรียนรู้จะอยู่ยั่งยืนในชุมชนคือ การที่นักวิจัยชุมชนมีความตระหนักเรื่องการบริโภคและสุขภาพต่อตนเองก่อน จากนั้นจึงค่อยขยายผลไปยังชุมชน การทำงานเป็นทีมการสร้างเครือข่าย และการบูรณาการจึงเป็นสิ่งสำคัญ ที่จะทำให้การขับเคลื่อนชุมชนในการแก้ปัญหาต่างๆสำเร็จและยั่งยืน

Abstract

This research aimed to develop learning process to enhance sustainable consumption in Krateep community of Nakornprathom province. The Participatory Learning and Action Research (PLAR) was applied to create the learning process for Krateep inhabitants to solve the health and consuming behavior problems in the community.

This research consisted of three projects, which were 1) Development of consuming behavior for health in Krateep community of Nakornprathom province 2) The strengthening of sustainable consuming behavior for youths in Krateep community of Nakornprathom province and 3) Development of local food to promote sustainable consumption in Krateep community of Nakornprathom province.

The development of consuming behavior for health project was focused on enhancing the village health volunteers to propel society forward. The learning process was designed based on their collaborative duties with the community promoting health hospital, which they had to share the same level of interest as the hospital on any work or activity. Thus, they had to get involved from the planning until operating.

The strengthening of sustainable consuming behavior for youths project was focused on fostering and create a learning process to youths, so that they would be careful on eating and would not catch the non-communicable diseases in the future. The best learning for their ages was learning by doing. They traveled and investigated healthy food dishes in the community and made marks in their “food mapping”. They were had fun and also knowledge.

Development of local food to promote sustainable consumption project was focused on creating learning process for housewives. They were important as people who gave good health to their family members. After learning about health, nutrition and balance eating and with good cooking skill, it was not difficult for them to develop new healthy food menus from local traditional dishes. And, they could introduce the healthy foods to the community by offering healthy foods in any party event and booth selling.

The steps of learning process and the learning would be sustainable in the community were that the local researchers must personally realize about the truth of eating and health. Then, they could expand to the society. Teams work, networking and interdisciplinary are important factors for moving society forward to have sustainable problem solving.