

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหาการวิจัย

การมีสุขภาพดีเป็นสิ่งที่ทุกคนปรารถนา แต่การเลือกปฏิบัติให้มีสุขภาพดีนั้น จะต้องมีการดูแลสร้างเสริมสุขภาพด้วยตนเองเพื่อป้องกันโรคที่เกิดขึ้นได้เสมอเมื่อยามร่างกายอ่อนแอลง เนื่องจากสุขภาพของคนมีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นในแต่ละบุคคลตลอดชีวิต ดังจะเห็นได้จากนโยบายของกระทรวงสาธารณสุขที่เน้นการสร้างเสริมสุขภาพของประชาชนให้แข็งแรง เพราะสามารถป้องกันโรคได้ดีกว่าการซ่อมสุขภาพ ที่เป็นการแก้ไขความเสื่อมโทรมสึกหรอของร่างกาย ยามเจ็บป่วยทำให้สูญเสียทั้งเวลา เงินทองและสุขภาพร่างกายในการรักษาพยาบาล การสร้างสุขภาพนั้นเป็นการสร้างสมรรถภาพความแข็งแรงให้กับร่างกายเพื่อให้เกิดภูมิคุ้มกันต้านทานในการป้องกันโรคต่างๆ ดังนั้นการสร้างสุขภาพจึงส่งเสริมความแข็งแรงในมิติทางกาย ทางจิตใจ ทางสังคม ทางสิ่งแวดล้อม และทางปัญญา ซึ่งหมายถึงการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมนั่นเอง (ศุภผล ศรีสุขวัฒนา, และคนอื่นๆ, 2547, หน้า 12)

การดูแลสุขภาพแบบองค์รวม หมายถึง การดูแลสุขภาพโดยวิธีการต่างๆ ในภาวะปกติมากกว่าการรักษาโรคเมื่อเจ็บป่วย หรือแม้เวลาเจ็บป่วยก็นำเอาวิธีการต่างๆ ที่สอดคล้องกัน เพื่อให้มีประสิทธิภาพต่อการรักษาอย่างถูกวิธี โดยเน้นการมีส่วนร่วม การประสานงาน การสร้างความสัมพันธ์ระหว่างผู้ป่วย ญาติ สิ่งแวดล้อม และผู้เกี่ยวข้องอื่นๆ ที่มีส่วนในการดูแลสุขภาพร่วมกันแสวงหาองค์ความรู้ใหม่ๆ ที่ฝังตัวอยู่ในวัฒนธรรม ประเพณี วิถีชีวิตและศาสนา มาเสริมความสามารถในการดูแลสุขภาพให้ดำเนินไปอย่างมีประสิทธิภาพสูง มีความสมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจ นอกจากการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมแล้ว แนวคิดพื้นฐานของหลักธรรมานามัยก็เป็นระบบการสร้างเสริมสุขภาพด้วยวิถีทางธรรมชาติแบบหนึ่งที่มีความเชื่อมโยงสัมพันธ์เป็นหนึ่งซึ่งไม่แยกจากกัน มาลี อาณากุล, และบุษกร เมฆางกูร (2547, หน้า 5) ได้อธิบายถึงหลักธรรมานามัยไว้ว่าการปฏิบัติตามหลักธรรมานามัย ได้แก่ 1) การส่งเสริมสุขภาพทางกายด้วยการออกกำลังกายที่เหมาะสมแก่วัยและสภาพร่างกาย 2) การส่งเสริมสุขภาพทางใจ 3) การดำรงชีวิตโดยยึดหลักอนามัย ซึ่งหลักธรรมานามัยนี้จะช่วยเสริมสร้างบุคลิกภาพความงามแก่ผู้ปฏิบัติอย่างค่อยเป็นค่อยไป เป็นความงามทั้งรูปลักษณ์ภายนอกและความงามจากภายในด้วยศีล สมาธิ และปัญญา สิ่งเหล่านี้ประกอบกันเป็นผลแห่งบูรณาการองค์รวมของชีวิต มีความสอดคล้องกลมกลืนพึ่งพาอาศัยกันใน มิติทางกาย มิติทางจิตใจ และมิติทางปัญญา เกิดความสมดุลภายในบุคคลและระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อม

การบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตน เป็นทางเลือกของการสร้างเสริมสุขภาพแบบองค์รวมอย่างหนึ่งโดยมีแนวคิดพื้นฐานของหลักธรรมานามัย ซึ่งใช้การปฏิบัติทำทางร่างกายที่ช่วยในการบำบัดอาการปวดเมื่อยมาตั้งแต่สมัยโบราณเป็นการตัดตนจัดโครงสร้างร่างกายให้เข้าที่ด้วย

ตนเองโดยการเปลี่ยนท่าัดัดตนไปตามจังหวะลีลา และเวลาที่เหมาะสมกระตุ้นการเคลื่อนไหวของ
 ต่อมาต่าง ๆ เนื้อเยื่อและอวัยวะภายในของร่างกายให้ตื่นตัว ผสมผสานการทำงานอย่างสัมพันธ์กัน
 นอกจากนี้ยังฝึกเจริญสมาธิก่อนและขณะฝึกปฏิบัติ มีประโยชน์ช่วยในการดูแลสุขภาพตนเองทั้ง
 ร่างกายและจิตใจ หากกระทำอย่างสม่ำเสมอ ซึ่ง วิชยา ใจดี (บก.) (2547, หน้า 51) ได้รวบรวม
 ประโยชน์ของการฝึกปฏิบัติกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตน ไว้ว่า กายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตน
 ก่อเกิดภาวะสมดุลธาตุในร่างกายช่วยในการสร้างสมรรถภาพได้ดียิ่งขึ้น คือ 1) ช่วยให้
 การเคลื่อนไหวตามธรรมชาติของแขนขาหรือข้อต่างๆ เป็นไปอย่างคล่องแคล่ว มีเน้นการนวดโดย
 บางกรณีจะมีการกดหรือบีบนวดร่วมไปด้วย 2) ทำให้โลหิตหมุนเวียนเลือดลมเดินได้สะดวก
 นับเป็นการออกกำลังกายที่สามารถกระทำได้ในทุกอิริยาบถของคนไทย 3) เป็นการต่อต้านโรคมัย
 บำรุงรักษาสุขภาพให้มีอายุยืนยาว 4) มีการใช้สมาธิร่วมด้วยจะช่วยยกระดับจิตใจให้พ้นอารมณ์
 ชุณมัว และจรรยา เสี่ยงเสนาะ, และคนอื่นๆ (2547) ได้ศึกษาผลของกายบริหารแบบไทยทำฤๅษี
 ตัดตนต่อสมรรถภาพทางกายและความพึงพอใจในการออกกำลังกายของผู้สูงอายุใน
 สถานสงเคราะห์คนชราบ้านบางแค พบว่า กายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนมีผลให้สมรรถภาพ
 ทางร่างกาย ความคาดหวังความสามารถในการออกกำลังกาย ความคาดหวังในผลดีของ
 การออกกำลังกายดีขึ้นและดีกว่าการออกกำลังกายตามปกติและความพึงพอใจสูงกว่า
 กลุ่มเปรียบเทียบ นอกจากนี้ วิชยา ใจดี (บก.) (2547, หน้า 104) ได้เสนอว่า กายบริหารแบบไทย
 ฤๅษีตัดตนมีประโยชน์สามารถนำไปใช้ในการดูแลสุขภาพด้วยตนเองได้และเป็น
 ภูมิปัญญาไทยที่มีมาแต่โบราณ มีคุณค่าแก่คนไทยที่ควรหวงแหน ซึ่งบอกเล่าสืบต่อกันมาใน
 สังคมไทยกว่า 2,000 ปี และกำลังจะสูญหายไป เนื่องจากขาดการอนุรักษ์ส่งเสริมภูมิปัญญาไทย
 ดังกล่าว คงเหลือแต่ค่านิยมวัฒนธรรมตะวันตกที่เน้นเทคโนโลยี ความทันสมัย และเศรษฐกิจ
 เป็นหลักเพื่อหารายได้ตอบสนองความต้องการของร่างกายและจิตใจ ดังนั้นเมื่อเกิดอาการ
 เจ็บป่วยโดยเฉพาะอย่างยิ่งอาการปวดต่างๆ ที่พบได้เสมอจากการทำงาน จึงมักนิยมความสะดวก
 ด้วยการใช้ยาแก้ปวด ซึ่งการรับประทานยาแก้ปวดเป็นประจำนั้นมิใช่เป็นวิธีที่ดีที่สุด อาจทำให้
 เกิดโทษจากการแพ้ยาหรือฤทธิ์ข้างเคียง และเป็นอันตรายต่ออวัยวะภายในร่างกาย เช่น
 ภาวะอาหาร ไต ดับ เป็นต้น นอกจากนี้ยังทำให้สูญเสียงบประมาณของรัฐเพิ่มขึ้นโดยไม่
 จำเป็น

จากการศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับการใช้ยาแก้ปวดของประชาชนตำบลท่าวัง 3 ปี ย้อนหลัง
 ที่สรุปรายงานจากเอกสารการใช้ยาของสถานื่อนามยวัดเกต ในปี พ.ศ. 2546, 2547 และ 2548 ซึ่ง
 ได้ดำเนินการเมื่อเดือน มกราคม พ.ศ. 2549 พบว่า ประชาชนในเขตองค์การบริหารส่วนตำบล
 ท่าวัง มีผู้ป่วยอาการปวดกล้ามเนื้อมารักษาที่สถานื่อนามยวัดเกตต่อประชากรกลางปีของตำบล
 ท่าวัง 365 : 5,403, 397 : 5,555 และ 478 : 5,541 คน คิดเป็นอัตราต่อประชากร 1000 คน คือ
 6.8, 7.1 และ 8.6 ตามลำดับ นอกจากนี้ยังพบว่าจำนวนครั้งในการรักษาของผู้ป่วยบางคนเพิ่ม

มากขึ้น แสดงให้เห็นว่า แนวโน้มของผู้ป่วยมีจำนวนเพิ่มขึ้นทุกปี ทำให้มูลค่าการใช้จ่ายมากขึ้นเช่นกัน ซึ่งหากไม่ได้รับการแก้ไขปรับปรุงอาจเป็นผลเสียต่อสุขภาพของประชาชนได้

จากการศึกษานำ (pilot survey) โดยการสัมภาษณ์ประชาชน ที่สนใจกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนดำนลทำวุง พบว่า อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน สมาชิกชมรมผู้สูงอายุและผู้ปฏิบัติธรรมในวันธรรมสวนะของวัดเกตุ ส่วนใหญ่เคยได้รับความรู้เรื่องการถ่ายทอดภูมิปัญญาการบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนพร้อมทั้งฝึกปฏิบัติมาแล้ว คนละ 1-2 ครั้งๆ ละ 1-2 ชั่วโมงจากผู้ผ่านการอบรมการแพทย์แผนไทยของสถานเอนามัยวัดเกตุและวิทยากรภายนอก มาช่วยฝึกปฏิบัติให้ โดยแต่ละครั้งจะได้รับเอกสารการบรรยายซึ่งไม่มีรูปภาพประกอบให้ปรากฏว่าหลังจากฝึกอบรมเสร็จสิ้นแล้วส่วนใหญ่มักปฏิบัติไม่ได้เนื่องจากระยะเวลาการอบรม และรายละเอียดการให้ความรู้เรื่องกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนมีจำกัดครั้งละ 1-2 ชั่วโมง ทำให้ 1) ได้รับความรู้ไม่เพียงพอ 2) ยังไม่เกิดความตระหนักในคุณค่าความสำคัญของภูมิปัญญาการบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนโดยเฉพาะอย่างยิ่งการนำไปปฏิบัติเพื่อเป็นทางเลือกในการดูแลสุขภาพอย่างแท้จริง นอกจากนี้ยังมีทางเลือกในการสร้างเสริมสุขภาพด้วยวิธีอื่นๆ เช่น การเดินแอโรบิค เป็นต้น ประกอบกับ ประชาชนยังไม่เห็นความสำคัญในการสร้างสุขภาพเพื่อป้องกันโรค จะมีการฝึกปฏิบัติเฉพาะในช่วงการรณรงค์ออกกำลังกายเท่านั้น จึงไม่มีกลุ่มที่ออกกำลังกายโดยการบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนอย่างต่อเนื่อง นอกจากนี้ยังขาดอุปกรณ์ที่ช่วยให้สามารถจำท่าทางการปฏิบัติการบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนพื้นฐาน 15 ท่า ทำให้ปฏิบัติไม่ได้แม้ว่าจะพยายามทบทวนความรู้แล้วก็ตาม จึงเกิดความเบื่อหน่าย ท้อแท้ ทำให้ไม่ต่อเนื่องและถูกละเลยไป

อย่างไรก็ตาม ทางชมรมอาสาสมัครสาธารณสุขในหมู่ที่ 10 มีความสนใจต้องการฝึกการบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนแต่ยังปฏิบัติได้ไม่คล่องนัก จึงพยายามปฏิบัติกันบ้าง ประกอบกับมีบางคนที่ปฏิบัติเป็นประจำแล้วเกิดผลดีต่อร่างกายทำให้แข็งแรงขึ้น อีกทั้งสถานเอนามัยวัดเกตุเองก็ช่วยในการส่งเสริมประชาสัมพันธ์ภูมิปัญญาการบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนให้เป็นทางเลือกในการสร้างเสริมสุขภาพด้วยวิธีหนึ่ง จึงเป็นการจุดประกายแรงจูงใจให้เกิดความพยายามในการฝึกปฏิบัติการบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนกันขึ้น แต่ก็ยังไม่สามารถทำได้อย่างสม่ำเสมอมากนัก ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีพฤติกรรมของบลูม (Bloom) ที่ Schwartz (Schwartz, 1975, pp. 28-31) ได้กล่าวถึง ความสัมพันธ์ของพฤติกรรมปฏิบัติ ไว้ว่า การปฏิบัติ (practice) เป็นผลทั้งทางตรงและทางอ้อมมาจากความรู้ (knowledge) โดยทางอ้อมนั้นมีเจตคติ (attitude) เป็นตัวกลาง ดังนั้นการที่ประชาชนในเขตองค์การบริหารส่วนดำนลทำวุงไม่ปฏิบัติ การออกกำลังกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนนี้ น่าจะเป็นผลมาจากการได้รับความรู้ยังไม่เพียงพอ และต่อเนื่อง จึงทำให้ขาดความรู้จริงและอาจขาดเจตคติที่ดีต่อกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตน ซึ่งทำให้ไม่เกิดการปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง

จากความสำคัญที่กล่าวมาแล้ว จะเห็นได้ว่า ประชาชนบางส่วนในตำบลท่าม่วงเองก็มี ความต้องการสร้างเสริมสุขภาพด้วยกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตน ดังนั้นถ้าจัดโอกาสให้ได้ รับความรู้อย่างเพียงพอและต่อเนื่อง ก็อาจจะทำให้เกิดความตระหนักในคุณค่าความสำคัญ และ นำไปสู่การปฏิบัติ จนเกิดทักษะอย่างสม่ำเสมอต่อเนื่อง โดยใช้กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการ แบบมีส่วนร่วมอย่างสำคัญจากประชาชน และผู้มีส่วนเกี่ยวข้องต่างๆ ที่จะเข้ามามีส่วนร่วม ทุกขั้นตอนในการพัฒนาเพื่อให้เกิดการเรียนรู้จากการปฏิบัติกิจกรรมจริง อันนำไปสู่การมีสุขภาพ ที่แข็งแรงสมบูรณ์ ดังนั้นจึงสมควรให้มีการวิจัยและพัฒนากายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนของ ประชาชนในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลท่าม่วงนี้ขึ้น

คำถามการวิจัย

คำถามหลักของการวิจัยนี้คือ จะพัฒนากายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนของประชาชน ในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลท่าม่วง อำเภอท่าม่วง จังหวัดลพบุรีได้อย่างไร โดยประกอบด้วย คำถามย่อย 3 คำถาม คือ

1. สภาพปัจจุบัน ปัญหาและความต้องการการพัฒนากายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตน ของประชาชนในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลท่าม่วง อำเภอท่าม่วง จังหวัดลพบุรี คืออะไร
2. แนวทางและวิธีการพัฒนา และดัชนีชี้วัดความสำเร็จในการพัฒนากายบริหาร แบบไทยฤๅษีตัดตนของประชาชนในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลท่าม่วง อำเภอท่าม่วง จังหวัดลพบุรี คืออะไร
3. จะพัฒนากายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนของประชาชนในเขตองค์การบริหาร ส่วนตำบลท่าม่วง อำเภอท่าม่วง จังหวัดลพบุรี ได้อย่างไร

วัตถุประสงค์การวิจัย

การวิจัยและพัฒนากายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนของประชาชนในเขตองค์การบริหาร ส่วนตำบลท่าม่วง อำเภอท่าม่วง จังหวัดลพบุรี มีวัตถุประสงค์ ดังนี้

1. เพื่อศึกษาสภาพปัจจุบัน ปัญหาและความต้องการการพัฒนากายบริหารแบบไทย ฤๅษีตัดตนของประชาชนในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลท่าม่วง อำเภอท่าม่วง จังหวัดลพบุรี
2. เพื่อแสวงหาแนวทางและวิธีการพัฒนา และดัชนีชี้วัดความสำเร็จในการพัฒนา กายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนของประชาชนในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลท่าม่วง อำเภอท่าม่วง จังหวัดลพบุรี
3. เพื่อพัฒนากายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนของประชาชนในเขตองค์การบริหาร ส่วนตำบลท่าม่วง อำเภอท่าม่วง จังหวัดลพบุรี

ขอบเขตการวิจัย

1. ขอบเขตพื้นที่ที่ศึกษา

หมู่ 7-หมู่ 12 ในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลท่าวัง อำเภอท่าวัง จังหวัดลพบุรี

2. ขอบเขตประชากร

2.1 ผู้มีส่วนอย่างสำคัญในการพัฒนากายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนของประชาชน ได้แก่ ประชาชนในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลท่าวังที่ผ่านการอบรมกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนหลักสูตรนวดแผนไทยที่แทรกความรู้กายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนครั้งละ 1-2 ชั่วโมงมาแล้ว ซึ่งสนใจและสมัครใจเข้าร่วมการวิจัยและพัฒนานี้ โดยในระยะที่ 1 การศึกษาสภาพปัจจุบัน ปัญหา และความต้องการการพัฒนา จำนวน 30 คน แต่ในระยะที่ 2 การแสวงหาแนวทางและวิธีการพัฒนา และระยะพัฒนา (D1) ปรากฏว่ามีบางคนไม่มีความพร้อมเข้าร่วมกิจกรรม จึงทำให้เหลือผู้มีส่วนสำคัญในการพัฒนาจริง จำนวน 15 คน

2.2 ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในการพัฒนากายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนของประชาชน ในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลท่าวัง อำเภอท่าวัง จังหวัดลพบุรี จำนวน 9 คน ประกอบด้วย

2.2.1 หัวหน้าสถานีอนามัยและเจ้าหน้าที่สาธารณสุขสถานอนามัยวัดเกตุ จำนวนรวม 2 คน

2.2.2 ผู้ใหญ่บ้านหมู่ 9, หมู่ 10, หมู่ 11 ตำบลท่าวัง จำนวน 3 คน

2.2.3 ครูฝึกกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตน จำนวน 1 คน

2.2.4 ประธานชมรมแพทย์แผนไทยตำบลท่าวัง จำนวน 1 คน

2.2.5 ประธาน อสม.ตำบลท่าวัง จำนวน 1 คน

2.2.6 ประธานชมรมผู้สูงอายุ จำนวน 1 คน

3. ขอบเขตเนื้อหา

แนวทางการวิจัยและพัฒนากายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนของประชาชนในเขต องค์การบริหารส่วนตำบลท่าวังได้ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมของบลูม ตามที่ ชวาร์ท ได้เสนอไว้ว่าความรู้ (knowledge) มีผลต่อการปฏิบัติ (practice) ทั้งทางตรงและทางอ้อม โดยทางอ้อมนั้นมีเจตคติ (attitude) เป็นตัวกลางทำให้เกิดการปฏิบัติตามมาได้ ดังนั้นจึงกำหนดกรอบในการวิจัยและพัฒนา ดังนี้

3.1 ความรู้เรื่องกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตน

3.2 เจตคติต่อกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตน

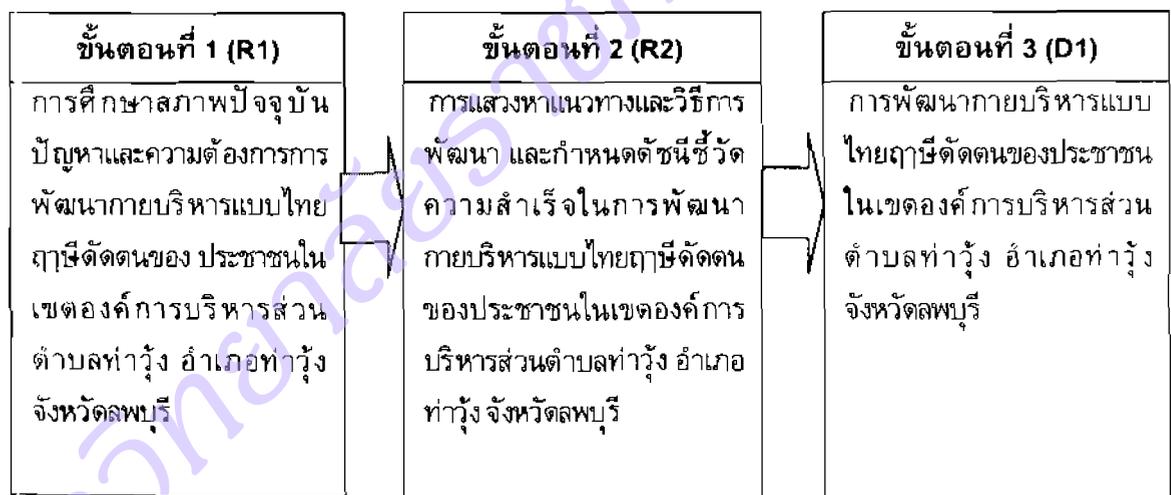
3.3 การปฏิบัติกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตน

4. ขอบเขตระยะเวลา

ระยะเวลาศึกษาวิจัยระหว่างเดือน มกราคม 2549-มีนาคม 2550

วิธีดำเนินการวิจัยและพัฒนา

การวิจัยและพัฒนาการบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนของประชาชนในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลท่าม่วงเป็นการพัฒนาการเรียนรู้ที่ตั้งอยู่บนพื้นฐานที่เชื่อมั่นว่าผู้ที่มีส่วนสำคัญและผู้มีส่วนเกี่ยวข้องทุกฝ่ายมีศักยภาพเพียงพอที่จะพัฒนาการบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนได้ ดังนั้นในการวิจัยนี้จึงเป็นการวิจัยและพัฒนา (research and development : R&D) โดยใช้การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม (participatory action research : PAR) ที่เน้นการมีส่วนร่วมอย่างสำคัญจากผู้มีส่วนสำคัญและผู้มีส่วนเกี่ยวข้องทุกฝ่ายในทุกขั้นตอนของการวิจัยและพัฒนาตามความเหมาะสม โดยกำหนดการดำเนินงานไว้ 3 ขั้นตอน ต่อเนื่องกันดังปรากฏในภาพ 1



ภาพ 1 ขั้นตอนการวิจัยและพัฒนา

นิยามศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย

การบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตน หมายถึง การบริหารร่างกายแต่โบราณที่สถาบันแพทยแผนไทยได้คัดเลือกจากท่าฤๅษีตัดตน 127 ท่า นำมาประยุกต์ใช้ท่าฤๅษีตัดตนพื้นฐาน 15 ท่าโดยเสริมการใช้สมาธิและการฝึกลมหายใจเข้าออกขณะปฏิบัติ

การพัฒนาการบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตน หมายถึง การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของประชาชนผู้ปฏิบัติการบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนในทางที่ดีขึ้น ซึ่งประกอบด้วยพฤติกรรม 3 ด้าน คือ ด้านความรู้ ด้านเจตคติ และด้านการปฏิบัติการบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลท่าม่วง อำเภอท่าม่วง จังหวัดลพบุรี

ความรู้เรื่องการบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตน หมายถึง การที่ประชาชนผู้ปฏิบัติการบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลท่าม่วงสามารถบอกคุณค่า

ความสำคัญ ประโยชน์ และท่าทางการปฏิบัติกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนทั้ง 15 ท่า ได้อย่างถูกต้อง

เจตคติต่อกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตน หมายถึง การที่ประชาชนผู้ปฏิบัติกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลท่าวัง มีความเห็นด้วยต่อคุณค่า ความสำคัญและประโยชน์ของการปฏิบัติกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตน

การปฏิบัติกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตน หมายถึง การที่ประชาชนผู้ปฏิบัติกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลท่าวัง ได้แสดงออกทางร่างกายจนสามารถสังเกตได้ถึงการปฏิบัติกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตน 15 ท่า ได้อย่างถูกต้อง

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย

1. ประชาชนผู้ปฏิบัติมีการสร้างเสริมสุขภาพด้วยกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตน มีทางเลือกที่ใช้ในการดูแลตนเองให้มีสุขภาพแข็งแรง สามารถป้องกันโรคได้เพิ่มขึ้นและอัตราการป่วยไข้แค้นปวดเพื่อลดอาการปวดเมื่อยลดลง
2. การบริหารร่างกายแบบฤๅษีตัดตนได้รับการอนุรักษ์เป็นภูมิปัญญาไทยในการส่งเสริมสุขภาพให้คงอยู่ต่อไป
3. ประชาชนผู้ปฏิบัติกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนสามารถเป็นผู้นำในการเผยแพร่และถ่ายทอดกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนเพื่อส่งเสริมสุขภาพ
4. การวิจัยและพัฒนาโดยใช้การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมครั้งนี้ ทำให้ผู้มีส่วนสำคัญและผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในการพัฒนากายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนทุกฝ่ายเกิดการเรียนรู้จากการปฏิบัติกิจกรรมการพัฒนาจริงจนสามารถนำประสบการณ์การวิจัยและพัฒนาไปใช้ในการพัฒนาและแก้ปัญหาในเรื่องอื่นๆ ที่มีลักษณะคล้ายกันต่อไปได้