

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชนบ้านโนนปากเลย อำเภอวังสะพุง จังหวัดเลย โดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง โดยมีวัตถุประสงค์ของการวิจัยเพื่อ 1) ศึกษาสภาพเกี่ยวกับคุณภาพชีวิต 2) ศึกษาความคาดหวังและแนวทางการขับเคลื่อนพัฒนาคุณภาพชีวิต 3) ศึกษาผลการพัฒนาคุณภาพชีวิต และ 4)หารูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตโดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงไปใช้กับชุมชนบ้านโนนปากเลย กลุ่มเป้าหมายคือ ชุมชนบ้านโนนปากเลย ผู้นำที่เป็นทางการ และผู้นำที่ไม่เป็นทางการ การวิจัยครั้งนี้การเก็บรวบรวมข้อมูลทั้งเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงปริมาณ คือแบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้างเกี่ยวกับสภาพคุณภาพชีวิต เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพ คือ แบบประเด็นการสัมภาษณ์เชิงลึก เกี่ยวกับสภาพ ความคาดหวัง แนวทางการพัฒนา และผลการพัฒนา แบบประเด็นการสนทนากลุ่มเกี่ยวกับสภาพ ความคาดหวัง แนวทางการพัฒนา และผลการพัฒนาคุณภาพชีวิต การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ การหาค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ ได้แก่ การวิเคราะห์เนื้อหา ซึ่งสามารถสรุปผลการวิจัย ได้ดังนี้

5.1 สรุปผลการวิจัย

5.1.1 สภาพเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของชุมชนบ้านโนนปากเลย ชุมชนมองคุณภาพชีวิตจากด้านสิ่งแวดล้อม ด้านสุขภาพ ด้านเศรษฐกิจ ข้อมูลพื้นฐานทั่วไปที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตคือ จำนวนสมาชิก รายได้เฉลี่ยของครอบครัว การวางแผนการออม การมีภาวะหนี้สิน การรู้หนังสือ สุขภาพ การมีโรคประจำตัว การรับประทานอาหาร ประเด็นที่ชุมชนให้กรอบของคุณภาพชีวิตเพื่อเป็นประเด็นคำถามการสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง จากการเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงปริมาณโดยการสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง จำนวน 122 ครัวเรือน เกี่ยวกับข้อมูลพื้นฐานทั่วไปของสมาชิกชุมชนบ้านโนนปากเลย กลุ่มตัวอย่างที่เก็บรวบรวมข้อมูล สมาชิกในครอบครัวส่วนใหญ่มีจำนวน 5 คน คิด ชุมชนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนของครอบครัวตั้งแต่ 5,001 – 8,000 บาท ซึ่งอาชีพหลักของครอบครัวประกอบอาชีพรับจ้าง รองลงมาอาชีพเกษตรกรรม ชุมชนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างครอบครัวมีการวางแผนการใช้จ่ายเงิน และมีการทำบันทึกการใช้จ่ายภายในครอบครัว แต่ครอบครัวส่วนใหญ่ไม่มีการออม จำนวนสมาชิกในครอบครัวที่ไม่รู้หนังสือ ครอบครัวที่มีผู้ไม่รู้

หนังสือมีจำนวนอยู่ระหว่าง 1-2 คน ชุมชนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างในหนึ่งสัปดาห์มีการกินอาหารดิบสมาชิกในครอบครัวมีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่ในหนึ่งสัปดาห์สมาชิกของชุมชนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างมีการออกกำลังกาย และสมาชิกในครอบครัวส่วนใหญ่มีการทำกิจกรรมนันทนาการร่วมกัน

สภาพสาธารณสุขโลก หมู่บ้านบ้านโนนพากเลย เรื่องคมนาคมในหมู่บ้านเป็นถนนลาดยางมีความสะดวกกว่าแต่ก่อนที่มีฝุ่นละออง ถนนเป็นดินลูกรัง ส่วนไฟฟ้า ประปา โทรศัพท์เข้าถึงทุกบ้านทุกครัวเรือน บางบ้านติดตั้งจานดาวเทียม บางบ้านติดตั้งเสาอากาศ แต่ทุกบ้านมีโทรทัศน์ นอกจากนี้บางบ้านมีเทคโนโลยีใหม่ๆ เขามาใช้ เช่น เครื่องซักผ้า อินเทอร์เน็ต บ้างบ้านจะติดตั้งอินเทอร์เน็ตให้ลูกสืบค้นข้อมูลทางการศึกษา เมื่อเปรียบเทียบรายจ่ายค่าไฟฟ้า พบว่า แตกต่างกันมากบางบ้านจ่ายค่าไฟฟ้า บางบ้านไม่เสียเงินค่าไฟฟ้า (เพราะใช้ไฟไม่ถึงจำนวนหน่วยขั้นต่ำที่รัฐบาลกำหนด) เมื่อเปรียบเทียบสภาพสาธารณสุขโลกจากอดีตถึงปัจจุบัน พบว่า ชุมชนมีสภาพสิ่งทีอำนวยความสะดวกดีขึ้นแตกต่างกับอดีตเยอะมาก

สภาพคุณภาพชีวิต ความเป็นอยู่ของชุมชนบ้านโนนพากเลย จากการศึกษาเอกสาร ข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึกกับผู้นำที่เป็นทางการและผู้นำไม่เป็นทางการ การสัมภาษณ์กับชุมชน และการสังเกต พบว่า ประชาชนมีสภาพการอยู่เป็นแบบครอบครัวขยายที่มีลูกหลานปู่ย่าตายายร่วมกัน แต่ละบ้านจะมีผู้สูงอายุ (มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป) ที่ต้องดูแล บางครอบครัวมีคนทีบกพร่องทางด้านร่างกาย เช่น เด็กพัฒนาการทางสมองช้า และคนพิการทางด้านร่างกาย สภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวที่รายได้ส่วนใหญ่มาจากผู้นำครอบครัวเพียงคนเดียวส่วนใหญ่เป็นการทำนา รับจ้างทำเฟอร์นิเจอร์ ส่วนภรรยาทำงานเสริมทำซึ่งเป็นรายได้ที่ไม่แน่นอน เช่น การทอเสื่อ การสานกระติบ ทอผ้าฝ้าย ทำตุ๊กตาจากไหมพรหม แต่ตอนนี้งานต่างๆ เหล่านี้ลดน้อยลง เนื่องจากตลาดรองรับไม่ได้ส่วนใหญ่เป็นการขายกันเองทำให้คนในชุมชนผลิตเพื่อการจำหน่ายน้อยลง สภาพภูมิประเทศของบ้านโนนพากเลยมีลักษณะที่ราบผสมภูเขา ส่วนแม่น้ำที่คนในหมู่บ้านใช้น้ำน้อยไม่เหมาะแก่การเกษตรกรรม ที่ทำเกษตรอยู่เพียงแก่พอรับประทานในสมาชิกครอบครัวหรือญาติ พี่น้อง ซึ่งผู้วิจัยและผู้มีส่วนเกี่ยวข้องร่วมกันเสนอด้านย่อยของคุณภาพชีวิตออกเป็น ด้านสุขภาพ ด้านเศรษฐกิจ และด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม

สภาพด้านสุขภาพ คนในชุมชนบ้านโนนพากเลยส่วนใหญ่อยู่ในวัยทำงาน มีผู้สูงอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป จำนวน 109 คน คนพิการทั้งหมู่บ้านมี 16 คน แบ่งออกเป็น พัฒนาการช้า 11 คน พิการทางด้านร่างกาย (เดินไม่ได้) จำนวน 5 คน ด้านสุขภาพส่วนใหญ่มีปัญหาการป่วยเกี่ยวกับโรคเบาหวาน พอๆ กับ โรคหัวใจ โรค รองลงมาเป็นโรคความดันโลหิตสูง เนื่องจากสภาพการกินอาหารคนส่วนใหญ่รับประทานข้าวเหนียวเป็นอาหารหลักแต่เนื่องจากข้าวเหนียวมีสารที่ก่อให้เกิดเป็นเบาหวาน และคนในวัยทำงานหรือผู้สูงอายุมีสภาพ ร่างกายที่อ่อน โดยเฉพาะผู้หญิงส่วนใหญ่

(แม่บ้านหรือผู้สูงอายุ) ในหมู่บ้านร้อยละ 90 มีสภาพเป็นคนอ้วนที่เหลื่อเกือบอ้วน มีเพียงคนเดียวเท่านั้นที่ผอม สุขภาพดี ส่วนโรคหัวใจ โรคที่คนในหมู่บ้านเป็นมีจำนวนมากพอๆ กับป่วยเป็นโรคเบาหวาน แต่ตอนนี้ผู้ป่วยที่เป็นโรคเริ่มลดลงเนื่องจากเสียชีวิต สาเหตุของคนที่เป็นโรคอาจเป็นเพราะในหมู่บ้านงานที่ทำเป็นงานหลักของชุมชนในหมู่บ้านส่วนใหญ่เป็นงานรับเหมาทำเฟอร์นิเจอร์ ตั้งแต่การไสไม้ หรือการเลื่อยไม้ ซึ่งจะมีฝุ่นละอองจากขี้เลื่อย หรือการทาสี การทาสารเคลือบเงา มีกลิ่นและสารเคมีที่ก่ออันตรายต่อสุขภาพ นอกจากนี้งานที่นิยมทำสอดคล้องกับสภาพบริบท คือ การเผาถ่านเนื่องจากมีไม้ที่เหลือจากการทำเฟอร์นิเจอร์ เจ้าของโรงงานนำเศษไม้เข้ามาเผาถ่าน ซึ่งการเผาถ่านจะมีมลพิษ เช่น ฝุ่นจากการเผาถ่าน ก๊าซที่เผาไหม้ ควันท่อไฟ อีกทั้งเป็นการเสี่ยงต่ออันตรายเวลาที่เก็บถ่านทั้งนี้เนื่องจากเตาดินยังร้อนระอุ บางครั้งเศษไม้ที่เหลือหรือขี้เลื่อยมีคนมารับซื้อ ส่วนการรับประทานอาหารนั้น ชุมชนส่วนใหญ่ รับประทานอาหารเหนียวเป็นหลัก ทานอาหารครบทุกมื้อทำกันเองมีซื้ออาหารสำเร็จแต่น้อยอาหารที่กินมีทั้งอาหารที่ปรุงสุกและดิบ

สภาพด้านเศรษฐกิจ คนในชุมชนบ้าน โนนพาคเลย รายได้ส่วนใหญ่มาจากการประกอบอาชีพทำนา และรับจ้างทำเฟอร์นิเจอร์ รายได้ของคนในชุมชน อยู่ประมาณ 4,000 – 35,000 บาท ส่วนใหญ่ประชาชนมีรายได้อยู่ประมาณ 8,000 บาทต่อเดือน ซึ่งประกอบอาชีพทำนาและรับจ้าง สำหรับผู้รับจ้างรายได้จะได้รับเป็นเดือนแต่ไม่ได้จ้างเป็นรายเดือน กล่าวคือจ่ายตามปริมาณชิ้นงานที่ทำ แต่บางครั้งการจ่ายเงินค่าจ้างแรงงานจะรวมปริมาณงานหลาย ๆ ชิ้นแล้วจึงจ่ายทีเดียวทำให้รายได้ไม่แน่นอน มีลูกจ้างบางคนได้ค่าจ้างไม่เป็นธรรมหรือไม่เป็นไปตามปริมาณงานที่ได้ จึงทำให้ต้องหาอาชีพเสริมอื่นๆ ที่มีการมาว่าจ้าง ส่วนกลุ่มคนวัยก่อนข้างกลางคนมีบางส่วนไปทำงานที่ต่างจังหวัด เช่น กรุงเทพฯ ขอนแก่น เป็นต้น การออมของชุมชน พบว่า จะมีการออมน้อยมากเป็นเฉพาะบางกลุ่ม ประชาชนกลุ่มที่เป็นแรงงานจะมีการออมหรือไม่มีการออม เพราะรายได้แทบจะไม่พอกับรายจ่าย ด้วยเหตุนี้ทำให้ประชาชนที่ไม่มีเงินเก็บออมหรือเก็บออมน้อยต้องไปยืมเงินมาใช้จ่ายในชีวิตประจำวันหรือเป็นหนี้ร้านค้า เช่น ร้านค้าชุมชน ส่วนกลุ่มที่เป็นเจ้าของกิจการมีการออมมีรายได้ดี รายจ่ายของชุมชนส่วนใหญ่ใช้ในการเลือกซื้อสินค้าในการใช้ชีวิตประจำวัน ซึ่งมีการเลือกซื้อตามคำโฆษณา ค่าใช้จ่ายในการศึกษาเล่าเรียนของบุตร หลาน ถึงแม้ว่าทางรัฐบาลมีการช่วยเหลือค่าเล่าเรียนฟรี และมีการแจกเสื้อผ้านักเรียนให้ แต่ไม่เพียงพอเพราะรัฐบาลแจกเพียงชุดเดียว ต้องไปเรียนทุกวันจึงต้องมีการซื้อเพิ่มเติม ดังนั้นคนในชุมชนมีปัญหาเรื่องหนี้จะเป็นกลุ่มลูกจ้างหรือกลุ่มใช้แรงงาน

สภาพสังคมและสิ่งแวดล้อม ชุมชนมีความร่วมมือกันดีมีการร่วมกิจกรรม เช่น กิจกรรมของโรงเรียน การเลี้ยงส่งผู้สำเร็จการศึกษาในโรงเรียน การจัดกิจกรรมแข่งขันกีฬาของเยาวชน เป็นต้น วัยรุ่นในชุมชนมีปัญหาบ้าง มีบางคนที่คิดยาเสพติดแต่ไม่เปิดเผย ปัญหาขโมยที่เกิดภายใน

หมู่บ้านไม่มี แต่จะมีปัญหาทะเลาะวิวาทจะเกิดจากคนภายนอกที่เข้ามาในหมู่บ้าน และด้านความสัมพันธ์ของคนในครอบครัวเกือบทุกครัวเรือนมีความสัมพันธ์กันระหว่างคนในครอบครัว และชุมชนด้วยกันเป็นอย่างดีมีกิจกรรมที่ทำร่วมกัน เช่น กิจกรรมเล่นกีฬา กิจกรรมร่วมกันในวันพิเศษต่างๆ กิจกรรมรับประทานอาหาร ดูโทรทัศน์ เป็นต้น มีบางครอบครัวที่พ่อแม่ต้องไปทำงานอยู่ต่างจังหวัดปล่อยให้ตายายเลี้ยงทำให้ความสัมพันธ์ไม่ดี ส่วนเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมในหมู่บ้านมีปัญหาเกี่ยวมลภาวะด้านฝุ่นละอองจากขี้เถ้าหรือจากการเผาถ่าน ควันชี้เถ้าฟุ้งตอนเย็นรบกวน บางครั้งที่บ้านมีฝุ่นละออง เสื้อผ้าสีขาวที่ซักตากไว้จะกลายเป็นสีที่ไม่ใช่สีขาวตามสภาพเดิมของเสื้อผ้าหรือเสื้อผ้าสีหมองลง ด้านกลิ่นที่เกิดจากการทำเฟอร์นิเจอร์ เช่น กลิ่นสี กลิ่นทินเนอร์ จะรบกวนส่งผลกระทบต่อสุขภาพของผู้ประกอบกิจกรรมและคนในชุมชน

5.1.2 ความคาดหวังและแนวทางการขับเคลื่อนการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชน โดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

ความคาดหวังการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชนบ้านโนนปากเลย โดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง พบว่า ชุมชนมีความคาดหวังเกี่ยวกับคุณภาพชีวิต ตามลำดับ คือ ด้านสิ่งแวดล้อม ด้านสุขภาพ ด้านเศรษฐกิจ

ความคาดหวังคุณภาพชีวิตด้านสิ่งแวดล้อม ชุมชนมีความคิดเห็นเกี่ยวกับความคาดหวัง การดูแลอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ และป้องกันหรือลดมลภาวะที่เกิดจากการประกอบอาชีพ คือ การเผาถ่าน จากการประชุมระดมความคิดเห็นผู้มีส่วนเกี่ยวข้องมีความคิดเห็นว่าคุณภาพชีวิตด้านนี้สำคัญที่สุด ทั้งนี้ ชุมชนมีการร่วมกันแสดงความคิดเห็นว่า ถ้าสิ่งแวดล้อมดี ทำให้ส่งเสริมให้สุขภาพดีด้วย และการใช้ทรัพยากรอย่างประหยัด ทำให้มีทรัพยากรไว้ใช้ได้ตลอด และช่วยลดรายจ่าย ถือว่าการดูแลอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ เป็นภูมิคุ้มกันที่ดีที่มีระบบการป้องกันการก่อให้เกิดโรคร้ายที่เกิดจากมลภาวะที่เป็นพิษ เนื่องจากสภาพแวดล้อมที่ดี อากาศดีไม่มีมลภาวะจะส่งผลให้สุขภาพที่ดีด้านระบบการหายใจ ป้องกันการเกิดภัยพิบัติจากธรรมชาติ และถือว่าธรรมชาติด้านสิ่งแวดล้อมสร้างโลกให้มนุษย์ดำรงอยู่ได้ ทำให้ชุมชนมีการรู้จักพอประมาณในการใช้ทรัพยากรธรรมชาติ

ความคาดหวังคุณภาพชีวิตด้านเศรษฐกิจ ชุมชนมีความคิดเห็นเกี่ยวกับความคาดหวังคุณภาพชีวิตด้านเศรษฐกิจว่า อยากให้มีอาชีพเสริมที่นำของที่มีอยู่ในชุมชนมาประยุกต์ใช้ให้เพิ่มมูลค่า ช่วยสร้างหรือปลุกจิตสำนึกของคนในชุมชนให้มาใช้ของที่ดีราคาถูก หรือผลิตในชุมชนไว้ใช้กันเองไม่ต้องเสียค่าโฆษณา จากนั้นมีการเสนอนำสิ่งที่เหลือใช้ที่มีอยู่ในชุมชนนำมาใช้ประโยชน์ก่อให้เกิดรายได้ เช่น สร้างอุปกรณ์การเกษตรจาก ขี้เถ้ามาทำที่เพาะเชื้อเห็ด และการนำพืชที่มีอยู่ในท้องถิ่นมาเป็นวัสดุประกอบการทำน้ำยาล้างจาน น้ำยาซักผ้า เช่น มะกรูด หรือมะนาว เป็นต้น

ความคาดหวังคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพ ชุมชนมีความคิดเห็นเกี่ยวกับความคาดหวังอยากให้มีส่วนมาแนะนำหรือสอนวิธีดูแลผู้สูงอายุ การดูแลเรื่องอาหารที่ต้องห้ามหรืออาหารที่รับประทานได้สำหรับผู้สูงอายุ ผู้ป่วยโรคเบาหวาน เพื่อให้คนในครอบครัวสามารถดูแลตนเองได้ โดยที่ไม่ต้องเสียเงินในการเสียค่ารักษา ค่ารถที่ต้องไปในเมือง และอยากให้เห็นความสำคัญของคนพิการ ไม่ว่าจะเป็นทางด้านร่างกาย หรือพิการทางสมองเพราะพวกเขาเป็นส่วนหนึ่งของชุมชนของคนในประเทศ อยากให้มีกิจกรรมสำหรับกลุ่มเหล่านี้และผู้สูงอายุด้วย อาจเป็นความร่วมมือกับหน่วยงานอื่นๆ มาช่วย อยากให้คนในชุมชนมีสุขภาพที่ดีไม่เป็น โรคอ้วนซึ่งเป็นตัวการของการป่วยเป็นโรคอื่นๆ ตามมา อยากให้มีการส่งเสริมให้ชุมชนออกกำลังกายเพื่อไม่ให้คนในชุมชนเป็นโรคอ้วนและอยากให้คนในชุมชนมีสุขภาพแข็งแรง โดยการหาผู้นำเดินแอโรบิก และผู้นำรำไม้พองในช่วงแรกๆ ก่อน และจัดหาสุล้าสุกให้เป็นอุปกรณ์การออกกำลังกายเสริม ส่วนไม้พองทางชุมชนแต่ละคนจัดหาตามท้องถิ่น นอกจากนี้อยากให้สภาพแวดล้อมของชุมชนมีอากาศที่ดีในบริเวณหมู่บ้าน มีการเสนอการจัดทำประชาคมติของชุมชนในบ้าน โนนปากเลยเกี่ยวกับข้อกำหนดการเผาถ่านและบริเวณที่ตั้ง เพื่อนำเข้าสู่แผนชุมชนของหมู่บ้าน

แนวทางการขับเคลื่อนการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชน โดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง พบว่า จากความคาดหวังที่ได้ ชุมชนร่วมกันหาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านสิ่งแวดล้อม ด้านสุขภาพ ด้านเศรษฐกิจ สามารถสรุปได้ สรุปโครงการการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชนบ้าน โนนปากเลย และจัดลำดับความสำคัญของโครงการ เพื่อให้สอดคล้องกับความคาดหวังและแนวทางการพัฒนาได้จากการสนทนากลุ่ม การสัมภาษณ์เชิงลึกและร่วมกันประชุมระดมความคิดเพื่อนำไปสู่การปฏิบัติการพัฒนา ดังนี้

1. โครงการคืนสิ่งแวดล้อมและอากาศให้กับชุมชน ได้แก่ การทำประชาคมติระหว่างคนในชุมชนเกี่ยวกับกฎข้อบังคับเกี่ยวกับการเผาถ่าน การปลูกป่าทดแทน การใช้ไม้ที่ไม่ใช่ไม้อนุรักษ์ หรือที่ผิดกฎหมาย
2. โครงการจัดกิจกรรมเสริมสุขภาพ ร่างกายแข็งแรงไร้พุง ด้วยการออกกำลังกายเล่นกีฬา เดินแอโรบิก หรือเดินสุล้าสุก และการรำโดยใช้ไม้พอง ได้แก่ การออกกำลังกายเดินแอโรบิกหรือ สุล้าสุก และรำไม้พองตอนเย็น การแข่งขันกีฬาภายในหมู่บ้าน และระหว่างหมู่บ้าน
3. โครงการพอเพียงเล็กค่านิยมซื้อสินค้าตามโฆษณา ได้แก่ ทำน้ำยาล้างจาน น้ำยาซักผ้า ทำจากวัสดุชุมชนไพรในหมู่บ้าน (มะกรูด มะนาว ดอกอัญชัน ขมิ้น)
4. โครงการการลดละการใช้จ่ายฟุ่มเฟือย เช่น ทำรายการใช้จ่ายในแต่ละเดือน และทำการแลกเปลี่ยนความคิดในครอบครัวและระหว่างครอบครัว ว่ามีการใช้จ่ายอะไรที่ไม่เป็นประโยชน์
5. โครงการรักษาน้ำ เช่น การใช้น้ำแทนที่จะทิ้งนำมาลดต้นไม้ หรือทำประโยชน์

6. โครงการศึกษาดูงานเศรษฐกิจพอเพียง ที่แหล่งเรียนรู้เศรษฐกิจพอเพียงของบ้านอาจารย์อริย์ชล สอนสิ่ง

7. โครงการส่งเสริมความรู้สุขภาพ เศรษฐกิจ สิ่งแวดล้อมโดยยึดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง โดยการให้ความรู้เสียงตามสายของหอกระจายข่าวหมู่บ้าน วิทยุชุมชน

8. โครงการใช้พื้นที่ให้เกิดทรัพย์สิน ได้แก่ การปลูกต้นไม้ผักสวนครัว บริเวณพื้นที่ที่ว่างเปล่าเพื่อไว้ใช้โดยไม่ต้องซื้อ เช่น ตระไคร้ พริก มะนาว มะกรูด กะเพรา หอม กระเทียม ข่า กระชาย มะเขือ มะเขือเทศ ชะอม เป็นต้น นอกจากนี้ยังปลูกผลไม้ที่ไม่ยืนต้นสำหรับพื้นที่เล็กน้อยข้างทางเดิน เช่น สับปะรด ฝรั่ง แก้วมังกร และกล้วย เป็นต้น

9. โครงการเพาะเห็ดเพื่อสุขภาพและรายได้ โดยการนำร่องปลูกเห็ดก่อนเพื่อศึกษาวิธีการดูแล และแลกเปลี่ยนให้ความรู้การดูแลเห็ด ปัญหาที่เกิดขึ้น และข้อควรระวัง จากนั้นทำการเพาะเห็ดของชุมชนแบ่งกลุ่มรับผิดชอบ และศึกษาดูงานการเพาะเห็ดของกลุ่มแม่บ้านผาขาว

10. โครงการพัฒนาอาชีพเพิ่มรายได้ ได้แก่ การใช้เศษวัสดุ อุปกรณ์ที่เหลือใช้ให้เกิดคุณค่า เช่น เศษจี้เลื่อย ใบเลื่อยที่ไม่ใช้มาทำเป็นเครื่องเหลาดอกไม้ น้ำสูดท้ายที่ใช้ซักผ้านำมารดต้นไม้ ขวดน้ำที่ดื่มหมดแล้วนำมาใส่น้ำยาล้างจานและน้ำยาซักผ้า นำหญ้าแฝกมาตากเพื่อที่จะนำมามุงหลังคาโรงเรียนเพาะเห็ดและนำเศษไม้ที่เหลือจากทำเฟอร์นิเจอร์มาทำโครงสร้างโรงเรียน และการพัฒนาผลิตภัณฑ์เพื่อเพิ่มมูลค่าของสินค้า

11. โครงการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของคนพิการ และผู้สูงอายุ จัด และ โครงการกิจกรรมค่ายสัมพันธ์ผู้พิการ ผู้ปกครอง

5.1.3 ผลการพัฒนาคุณภาพชีวิต โดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง จากการมีส่วนร่วมของชุมชนในการกำหนดแนวทางการพัฒนาร่วมกันเพื่อให้ตอบสนองความคาดหวัง ในรูปของโครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชนบ้าน โนนปากเลย ซึ่งการนำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ของชุมชน ผู้วิจัยและชุมชนกลุ่มเป้าหมายร่วมกันวิเคราะห์สรุปผลการพัฒนา ในแต่ละด้าน ดังนี้

ด้านสุขภาพ ผู้วิจัยได้นำโครงการจัดกิจกรรมเสริมสุขภาพ ร่างกายแข็งแรง ไร้พุง ด้วยการออกกำลังกายเล่นกีฬา เต้นแอโรบิก หรือเต้นฮูล่าฮูก และการรำไม้พอง ที่ได้จากความต้องการและแนวทางที่เกิดจากชุมชน โดยได้จัดหาผู้นำเต้นแอโรบิกมานำเต้นในช่วงสัปดาห์แรกต่อจากนั้นชุมชนจัดหาพลัดเปลี่ยนเป็นผู้นำเต้นกันเอง มีการจัดหาเครื่องเสียงและแต่ละคนจะจัดหาไม้ตีมาเอง และทางอาสาสมัครประจำหมู่บ้าน (อสม.) จัดแท่งคันทันมาเตรียมไว้เสริมด้วย ทางผู้วิจัยจัดหาอุปกรณ์ ฮูล่าฮูกมาให้เต้น ทั้งขนาดเล็กและขนาดใหญ่ ให้เหมาะสมกับผู้เต้น เมื่อเต้นเสร็จชาวบ้านจะนำอุปกรณ์เก็บไว้ที่โรงเรียน มีบางคนขอนำฮูล่าฮูกไปฝึกต่อที่บ้าน (เล่นยังไม่ได้) การเต้นแอโรบิก หรือจะเป็นการเต้นฮูล่าฮูกในช่วงแรกมีการนัดหมายเสื้อผ้าของกลุ่มที่มาเต้นให้คล้ายกัน ผล

ปรากฏว่ามีปัญหาที่บางคนใส่เสื้อผ้าไม่เหมือนกับกลุ่มที่ออกกำลังกาย ทำให้คนที่ใส่เสื้อผ้าไม่เข้าพวก ไม่กล้าเข้ามาเต้น จึงมีการนัดประชุมการแต่งกายเพื่อให้เข้ากับหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง และเป็นการประหยัด จึงไม่กำหนดเรื่องเสื้อผ้าแต่ขอให้เป็นผู้ที่ออกกำลังกายได้สบาย นอกจากนี้ วันไหนมีฝนตก (ฝนตกนอกฤดูหรือฝนตกลงช่อมะม่วง) ชุมชนหยุดออกกำลังกาย เมื่อจัดกิจกรรม จะเห็นได้ว่าการจัดกิจกรรมเสริมสุขภาพ ร่างกายแข็งแรงไร้พุง ด้วยการออกกำลังกายเล่นกีฬา เต้นแอโรบิก หรือเต้นฮูล่าฮูล่า เป็นการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี เพราะเป็นการใช้เวลาว่างมาโดยการออกกำลังกาย มีการทำกิจกรรมร่วมกันระหว่างชุมชนและคนในครอบครัว ซึ่งคนในชุมชนมีความคิดเห็นว่าเป็นการสร้างภูมิคุ้มกันให้กับเด็กเยาวชนในหมู่บ้านแทนที่จะไปเล่นเกมคอมพิวเตอร์ มาออกกำลังกายเสริมสร้างสุขภาพที่แข็งแรง ยังเกิดความผูกพันสามัคคีในชุมชนด้วย มีการเตรียมตัวเรื่องน้ำดื่ม และเสริมสร้างความพอเพียงให้กับชุมชน โดยเฉพาะเรื่องเสื้อผ้าเครื่องแต่งกายในการออกกำลังกายไม่จำเป็นต้องเป็นแบบฟอร์มเดียวกัน

ด้านสิ่งแวดล้อม ผู้วิจัยได้นำโครงการที่ชุมชนเสนอ 2 โครงการ คือ โครงการคืนสิ่งแวดล้อมและอากาศให้กับชุมชน ชุมชนจัดประชุมหมู่บ้านเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อม การอนุรักษ์ทรัพยากร การใช้ทรัพยากรอย่างประหยัดและคุ้มค่า การปลูกป่าทดแทน โครงการส่งเสริมความรู้สุขภาพ เศรษฐกิจสิ่งแวดล้อมโดยยึดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง โดยการให้ความรู้เสียงตามสายของหอกระจายข่าวหมู่บ้าน วิทยุชุมชน โดยการให้ความรู้เกี่ยวกับการอนุรักษ์ธรรมชาติและการทำประชาคมของชุมชนโดยผู้ที่สนใจเข้าร่วมมีตั้งแต่เยาวชนอายุ 15 ปี ขึ้นไป เข้าร่วมด้วย มีการจัดนัดหมายการทำประชาคม เวลา 19.00 น. ที่บ้านผู้ใหญ่บ้าน ผลการจัดทำประชาคมเพื่อหาประชามติของชุมชนเกี่ยวกับการปฏิบัติการเผาถ่านและการทำเฟอร์นิเจอร์ออกมาเป็น การจัดกติกาของชุมชน สร้างกฎข้อบังคับและทำข้อตกลงหมู่บ้านเกี่ยวกับการดำเนินการเผาถ่านและการทำเฟอร์นิเจอร์ของชุมชน ดังนี้ กำหนดเวลาการเผาถ่าน 9.00 – 17.00 น. สถานที่เผาถ่านต้องห่างไกลชุมชนประมาณ 2 กิโลเมตร มีการกำจัดฝุ่นละออง ไม่ให้ฟุ้งกระจาย ส่วนการทำเฟอร์นิเจอร์ต้องเป็นไม้ที่ไม่ใช่ไม้ต้องห้าม ผิดกฎหมาย และโครงการรักษาน้ำ จากการประชุมระดมความคิดให้เกิดโครงการรักษาน้ำ ชุมชนในหมู่บ้านมีการรณรงค์ที่ใช่แล้ว เช่น น้ำซักผ้าครั้งสุดท้าย น้ำล้างจาน ล้างแก้วน้ำที่ใส น้ำล้างผักผลไม้ เป็นต้น รองน้ำไปรดน้ำต้นไม้ เพื่ออนุรักษ์น้ำอย่างประหยัด และคุ้มค่า นอกจากนี้ ยังเกิดพฤติกรรมการนำเศษอาหารที่เหลือ เศษผัก เศษผลไม้ กับเศษวัสดุที่ไม่ย่อยสลายออกจากกัน นำเศษวัสดุธรรมชาติทำเป็นปุ๋ย หรือใส่โคนต้นไม้ เมื่อย่อยสลายกลายเป็นปุ๋ย ทดแทนดินได้ด้วย ส่วนเศษวัสดุที่ไม่ย่อยสลายเก็บขายเศษ จากการดำเนินการจะเห็นได้ว่าการดำเนินการตามโครงการชุมชนเกิดความมีเหตุผล เนื่องจากชุมชนเกิดความตระหนักถึงคุณค่าของสิ่งที่ใช่แล้วหรือเศษวัสดุที่เหลือใช้หรือของที่ใช้แล้วนำมาใช้หรือประยุกต์ให้เกิดประโยชน์ การเสริมสร้างภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี ทำ

ให้ฝึกฝนนิสัยรักษาทรัพยากร และสร้างความตระหนักในการใช้ทรัพยากรอย่างคุ้มค่า เพื่อไว้ใช้ในอนาคต อีกทั้งเป็นการนำสิ่งของเหลือใช้ หรือเศษสิ่งของต่างๆ มาให้เกิดประโยชน์ทำให้เกิดจิตสำนึกที่ดีต่อการใช้ทรัพยากร และมีการทดแทนทรัพยากรที่ใช้เพื่อไว้ใช้ในอนาคตของลูกหลานในชุมชน และคนในประเทศต่อไป ส่วนการเสริมสร้างความพอเพียง ชุมชนเกิดความตระหนักในการใช้ทรัพยากรที่มีอยู่อย่างคุ้มค่าและพอเพียง เห็นความจำเป็นต่อการใช้ทรัพยากรให้เกิดประโยชน์ ไม่ใช่ทรัพยากรอย่างฟุ่มเฟือย และเมื่อใช้แล้วทำอย่างไรที่จะใช้อย่างคุ้มค่าเกิดประโยชน์มากที่สุด

โครงการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของคนพิการ และผู้สูงอายุ การจัดกิจกรรมโดยการใช้ความร่วมมือระหว่างหน่วยงานตัวแทนจากภาครัฐ ได้แก่ คณะกรรมการอาสาพัฒนาผู้พิการในชุมชน (อพช.) กลุ่มอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) องค์การบริหารส่วนตำบล และองค์กรเอกชน ได้แก่ มูลนิธิเมตตาธรรม (วังสะพุง) ซึ่งกลุ่มอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) จัดการอบรมปฏิบัติการให้ความรู้สมาชิกในครอบครัวที่มีคนพิการ หรือผู้สูงอายุ เกี่ยวกับการดูแล นอกจากนี้มีการเยี่ยมบ้านติดตามในครอบครัวที่มีคนพิการ หรือผู้สูงอายุเดือนละ 2 ครั้ง และที่มูลนิธิเมตตาธรรม (วังสะพุง) จัดการศึกษาให้คนพิการ นอกจากนี้ชุมชนบ้าน โนนปากเลย กับชุมชนบ้านแท่นร่วมกันขอความอนุเคราะห์ องค์การบริหารส่วนตำบลผาน้อย และองค์กรเอกชน มูลนิธิเมตตาธรรม (วังสะพุง) กลุ่มอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) และคณะวิจัย ร่วมกันจัดกิจกรรมค่ายสัมพันธ์ผู้พิการ ผู้ปกครอง ประจำปี 2554 ในวันที่ 4-5 เมษายน 2554 ณ โรงเรียนบ้านวังแท่น โดยการจัดกิจกรรมการเล่นเป็นฐาน เข้าค่าย กิจกรรมรอบกองไฟ การแสดงของคนพิการ ผู้สูงอายุ และการแสดงชุด่าสุขของชุมชน และเด็กเล็กของชุมชนบ้าน โนนปากเลย จัดเลี้ยงอาหารตลอดทั้งสองวัน ผลการจัดกิจกรรม ปรากฏว่า ผู้พิการเกิดการกล้าแสดงออก ฝึกการอยู่ร่วมกับคนในชุมชน สนุกสนาน เกิดความผูกพันระหว่างผู้พิการ ผู้ปกครองและชุมชน ดังคำกล่าว

ด้านเศรษฐกิจ ผู้วิจัยได้นำโครงการที่ชุมชนเสนอ 4 โครงการ คือ โครงการเพาะเห็ด เพื่อสุขภาพและรายได้ ดำเนินการโดยการศึกษาดูงานของตัวแทนชุมชนศึกษาดูงานการเพาะเห็ดจากศูนย์เพาะเห็ดของกลุ่มแม่บ้านหมู่บ้านผาขาว โครงการการลดค่าใช้จ่ายฟุ่มเฟือย เช่น ทำรายการใช้จ่ายในแต่ละเดือน และทำการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นในครอบครัวและระหว่างครอบครัว ว่ามีการใช้จ่ายอะไรที่ไม่เป็นประโยชน์ และโครงการศึกษาดูงานบ้านเศรษฐกิจพอเพียง ที่แหล่งเรียนรู้เศรษฐกิจพอเพียงของบ้านอาจารย์อริย์ชล สอนฝั่ง ชุมชนนำความรู้ที่ได้มาประยุกต์ใช้เริ่มตั้งแต่การสร้างเรือนเพาะเห็ดที่นำหญ้าคาตามทุ่งนามาเป็นตัวเรือนและหลังคา ส่วน โครงเรือนหาไม้จากไม้ที่ขึ้นตามท้องทุ่ง หรือที่ดิน เช่น ดันกระถินณรงค์ หรือต้นไผ่ เป็นต้น นำมาประกอบเป็นโรงเรือนเพาะเห็ดที่ต้นทุนต่ำ วัสดุที่ซื้อจะเป็น ปูนขาว ไม้โรยหน้าเชื้อที่ดินบริเวณ โรงเรือน เชื้อเชื้อก หรือลวด

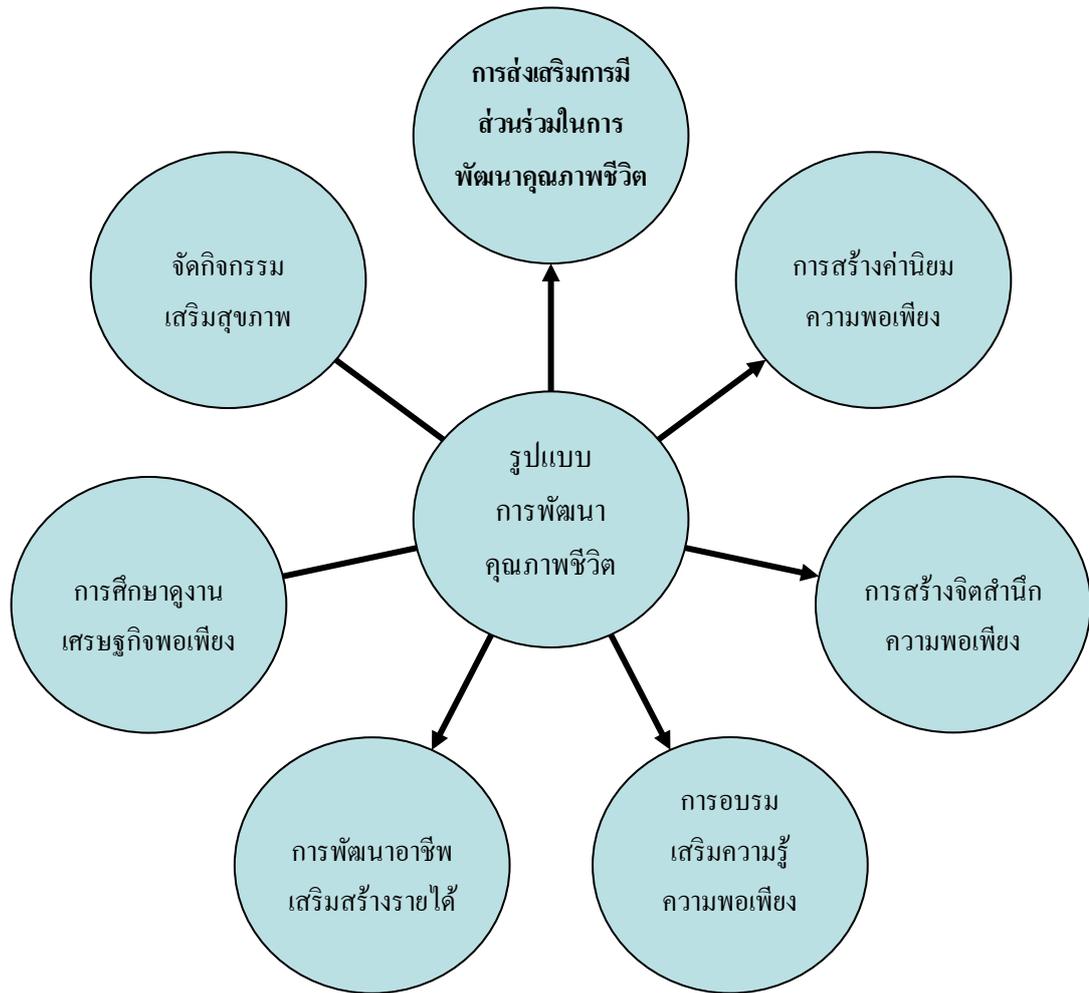
ที่ใช้ในการยึดติดตัวเรือน หรือไว้สำหรับผูกห้อยถุงเชื้อเห็ดบางอย่างที่เลี้ยงโดยใช้แฉวน เช่น เห็ดหูหนู เป็นต้น ส่วนประตูเข้าออกใช้ถุงปุ๋ยมาเย็บติดมาทำประตูปิดเข้าออกโรงเพาะเห็ด นอกจากนี้ชุมชนยังใช้พื้นที่ดินที่มีอย่างคุ่มค่า หรือพวกเขาเรียกว่า “การจัดพื้นที่ให้เกิดทรัพย์ในดิน” โดยการปลูกต้นไม้บริเวณรอบบ้านที่มีที่ว่างปลูกพืชสวนครัว ทำโครงการให้ไม้เลื้อย เช่น ต้นผัก ต้นบวบ ต้นผักข่า น้ำเต้า เป็นต้น ส่วนพื้นที่ข้างล่างมีการปลูกพริก ผักชี ต้นหอม มะเขือ มะเขือเทศ ตะไคร้ หรือสับปะรด เป็นต้น ส่วนบริเวณรอบบ้านปลูกไม้ ต้นกล้วย มะละกอ มะนาว มะกรูด มะม่วง ลำไย เป็นต้น นอกจากนี้ไม่ต้องซื้อวัตถุดิบแล้วยังมีผัก ผลไม้ไว้กินตลอดทุกฤดู ยังปลอดภัยจากสารพิษหรือยาฆ่าโรคแมลงต่างๆอีกด้วย และโครงการผลิตน้ำยาล้างจาน และน้ำยาซักผ้าไว้ใช้ภายในชุมชน โดยจัดหาวัตถุดิบเกี่ยวกับสารเคมีทำน้ำยาล้างจาน น้ำยาซักผ้า และน้ำยาปรับผ้านุ่ม ส่วนสารแต่งกลิ่นนำวัตถุดิบธรรมชาติโดยนำผลมะกรูด ผลมะนาวที่มีอยู่ในชุมชน และเก็บขวดพลาสติกที่ใส่น้ำดื่มนำมาเป็นภาชนะสำหรับใส่ ซึ่งจัดอบรมการทำน้ำยาล้างจาน น้ำยาซักผ้าและน้ำยาปรับผ้านุ่มให้ชุมชน ณ หอประชุมโรงเรียนบ้านโนนพากเลย และน้ำยาปรับผ้านุ่ม ณ ที่ร้านค้าชุมชน และการพัฒนาผลิตภัณฑ์เพื่อเพิ่มมูลค่าของสินค้า ดังเช่น จัดหาตัวอย่างรูปแบบของการจักสานในรูปแบบต่างๆ การแปลงเศษขี้เลื่อยมาเป็นตุ๊กตา รูปปั้น ต่างๆ นอกจากนี้ยังให้ชุมชนคิดรูปแบบการคัดแปลงผลิตภัณฑ์ให้หลากหลายจากกิจกรรมโครงการที่ชุมชนทำโดยน้อมนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงชุมชนยึด **หลักความมีเหตุผล** โดยชุมชนมีการทำรายการใช้จ่ายในแต่ละเดือน และทำการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นในครอบครัวและระหว่างครอบครัว ว่ามีการใช้จ่ายอะไรที่ไม่เป็นประโยชน์ มีการวิเคราะห์การใช้จ่ายสินค้าที่ใช้ในชีวิตประจำวัน อีกทั้งไม่ผลิตสินค้าที่ใช้มากเกินไป ความจำเป็นทำให้สินค้านั้นต้องเก็บรักษานานอาจเสื่อมสภาพ ความคุ่มค่าของโครงการนี้ กล่าวคือไม่ต้องเสียค่าโฆษณา ค่าบรรจุภัณฑ์ ค่าวัสดุปรุงแต่งกลิ่น หรือสีของผลิตภัณฑ์ ซึ่งเป็นมูลค่าของความฟุ่มเฟือย ความเหมาะสมกับบริบทสภาพของชุมชน มีการคำนึงถึงการผลิตผลิตภัณฑ์ที่ไว้ใช้ในชุมชน อีกทั้งชุมชนมีการปลูกผัก หรือผลไม้ในบริเวณบ้านไว้รับประทานโดยไม่ต้องซื้อเป็นการประหยัดค่าใช้จ่าย อีกทั้งยังปลอดภัยจากยาฆ่าแมลง ส่วนการพัฒนาารูปแบบผลิตภัณฑ์แปลกใหม่โดยการจัดหาแบบต่างๆ และช่วยกันคิดรูปแบบต่างๆ ของคนในชุมชน เพื่อเพิ่มมูลค่าสินค้าและสร้างความแตกต่างของผลิตภัณฑ์ที่ไม่เหมือนผลิตภัณฑ์ที่มีอยู่ในท้องถิ่น เพราะการที่ผลิตภัณฑ์มีความหลากหลายทำให้โอกาสทางการตลาดที่ดีกว่าประเภทสินค้าเดียวกันและมีลักษณะรูปแบบผลิตภัณฑ์เหมือนกัน **ความพอประมาณ** การจัดหาวัตถุดิบที่มีอยู่ในบ้าน ไม่ต้องซื้อหาวัตถุดิบการประกอบอาหาร ทำพื้นที่ให้เกิดประโยชน์คุ่มค่า นำผัก ผลไม้ที่มีอยู่ในบ้านมาประกอบอาหารซึ่งมีคุณค่าทางโภชนาการเหมือนกัน และสดใหม่ไม่ต้องไปซื้อหาที่อื่น ช่วยประหยัดค่าใช้จ่าย ส่วนการผลิตผลิตภัณฑ์มีการคำนวณเพื่อกำหนดปริมาณการทำให้พอดีกับการใช้ของคนในชุมชน ภูมิคุ้มกัน

ในตัวที่ดี มีการคำนึงถึงช่วงฤดูกาลของวัสดุธรรมชาติ เช่น มะนาว มะกรูด ตะไคร้ หรือดอกอัญชัน ที่นำมาเป็นส่วนผสมใช้ในการผลิตน้ำยาล้างจาน และน้ำยาซักผ้า และการใช้วัสดุที่มีอยู่ตามธรรมชาติมาประกอบกลั่นในส่วนประกอบของผลิตภัณฑ์ไม่ต้องซื้อวัตถุดิบสังเคราะห์ซึ่งเป็นอันตรายต่อสุขภาพด้วย จากการประชุมหมู่บ้าน พบว่า ชุมชนได้กล่าวถึงการเปลี่ยนแปลงของหมู่บ้านที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตของคนในชุมชน ในเรื่องผลที่เกิดขึ้นนอกเหนือจากโครงการที่เป็นไปตามความคาดหวังที่ร่วมกันพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจแล้ว ชุมชนยังเกิดให้ชุมชนร่วมพลังกันในการประกอบกิจกรรมต่าง ๆ ก่อให้เกิดชุมชนเข้มแข็งด้านภัยต่าง ๆ ที่อาจเกิดขึ้นในชุมชน

5.1.4 รูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชนบ้าน โนนปากเลย

รูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชนบ้าน โนนปากเลยที่ดำเนินการ จากการร่วมกันสรุปของชุมชนบ้าน โนนปากเลยและคณะวิจัย โดยการประชุมระดมความคิด พบปรากฏว่า รูปแบบการพัฒนามีดังนี้ 1) การส่งเสริมการมีส่วนร่วมในการพัฒนาคุณภาพชีวิต โดยการให้คนในชุมชนเข้ามามี ส่วนร่วมในการร่วมคิดแก้ไขและพัฒนาคุณภาพชีวิต โดยนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ 2) การสร้างค่านิยมพอเพียง โดยการสร้างความรู้ ความเข้าใจและความตระหนักร่วมกันของคนในชุมชนเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชน โดยนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ในกิจกรรมการพัฒนา ในรูปโครงการพอเพียงเล็กค่านิยมซื้อสินค้าตามโฆษณา ได้แก่ ทำน้ำยาล้างจาน น้ำยาซักผ้า ทำจากวัสดุสมุนไพรในหมู่บ้าน โครงการการลดละการใช้จ่ายฟุ่มเฟือย เช่น ทำรายการใช้จ่ายในแต่ละเดือน และทำการแลกเปลี่ยนความคิดในครอบครัว และระหว่างครอบครัว ว่ามีการใช้จ่ายอะไรที่ไม่เป็นประโยชน์ 3) การสร้างจิตสำนึกพอเพียง เพื่อให้เกิดการอนุรักษ์ทรัพยากรและสิ่งแวดล้อมที่ดีต่อชุมชน โดยการให้ความรู้ที่จัดเสียงตามสาย การจัดทำประชาคม และสร้างเป้าหมายการพัฒนาร่วมกันที่เกิดจากประชามติของทุกคนที่เข้าร่วม จัดทำโครงการรักษาน้ำ เช่น การใช้น้ำแทนที่จะทิ้งน้ำมาลดต้นไม้ หรือทำประโยชน์ และ โครงการใช้พื้นที่ให้เกิดทรัพย์ ได้แก่ การปลูกต้นไม้ผักสวนครัว บริเวณพื้นที่ที่ว่างเปล่าเพื่อไว้ใช้โดยไม่ต้องซื้อ 4) การอบรมเสริมความรู้ความพอเพียง โดยการให้ความรู้เกี่ยวกับความพอเพียงเพื่อนำความรู้มาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาคุณภาพเกี่ยวกับสุขภาพ เศรษฐกิจ สิ่งแวดล้อมจัด โครงการส่งเสริมความรู้สุขภาพ เศรษฐกิจ สิ่งแวดล้อมโดยยึดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง โดยการให้ความรู้เสียงตามสายของหอกระจายข่าวหมู่บ้าน วิทยุชุมชน ให้ความรู้การส่งเสริมสุขภาพ และการจัดทำบัญชีรายรับรายจ่าย 5) การพัฒนาอาชีพเสริมสร้างรายได้ เพื่อให้สามารถพึ่งตนเองมีรายได้เสริม โดยจัดโครงการพัฒนาอาชีพเพิ่มรายได้ ได้แก่ การใช้เศษวัสดุ อุปกรณ์ที่เหลือใช้ให้เกิดคุณค่า เช่น เศษจี๋เหล็ย ใบเหล็ยที่ไม่ใช้มาทำเป็นเครื่องเหลาดอกไม้ น้ำสูดท้ายที่ใช้ซักผ้านำมาลดต้นไม้ ขวดน้ำที่ดื่มหมดแล้วนำมาใส่น้ำยา

ล้างจานและน้ำยาซักผ้า นำหญ้าแฝกมาตากเพื่อที่จะนำมาฝังหลังคาโรงเรียนเพาะเห็ดและนำเศษไม้ที่เหลือจากทำเฟอร์นิเจอร์มาทำโครงสร้างโรงเรียนและการพัฒนาผลิตภัณฑ์เพื่อเพิ่มมูลค่าของสินค้าอาชีพให้กับคนในชุมชน 6) การศึกษาดูงานเศรษฐกิจพอเพียง เพื่อเกิดแนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาโดยน้อมนำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง โดยจัดโครงการศึกษาดูงานเศรษฐกิจพอเพียง ที่แหล่งเรียนรู้เศรษฐกิจพอเพียงของบ้านอาจารย์อริย์ชล สอนสิ่ง เกี่ยวกับการใช้พื้นที่ตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง เช่น การใช้พื้นที่ให้คุ้มค่า การเลี้ยงปลา การเลี้ยงเห็ด และการจัดอบรมหรือหารูปแบบผลิตภัณฑ์ใหม่ๆ แปรจากการนำของเหลือใช้มาแปรรูป และ 7) จัดกิจกรรมเสริมสุขภาพ เป็นการจัดส่งเสริมสุขภาพที่ดี และสร้างความผูกพันและความสัมพันธ์ของสมาชิกในครอบครัวและชุมชน โดยจัดโครงการจัดกิจกรรมเสริมสุขภาพ ร่างกายแข็งแรง ไร้พุง ด้วยการออกกำลังกายเล่นกีฬา เดิน แอโรบิก หรือเดินสูดอากาศ และการรำโดยใช้ไม้พอง ได้แก่ การออกกำลังกายเดินแอโรบิก หรือ สูดอากาศ และรำไม้พองตอนเย็น การแข่งขันกีฬาภายในหมู่บ้าน และระหว่างหมู่บ้าน และโครงการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของคนพิการ และผู้สูงอายุ จัด โดยจัดโครงการกิจกรรมค่ายสัมพันธ์ผู้พิการ ผู้ปกครอง ซึ่งรูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชนบ้านโนนพากเลย จากที่กล่าวมาข้างต้นสามารถเขียนแสดงดังภาพประกอบที่ 4 ดังนี้



ภาพประกอบที่ 4 สรุปรูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชนบ้านโนนปากเลย

5.2 อภิปรายผล

5.2.1 สภาพเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตโดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของชุมชนหมู่บ้านโนนปากเลย ชุมชนมองคุณภาพชีวิตจากด้านสิ่งแวดล้อม ด้านสุขภาพ ด้านเศรษฐกิจ ทั้งนี้เป็นไปตาม เวนทีกอดด์ เมอร์ริช และแอนเดอร์เซ็น (Vertegodt, Merrick & Andersen, 2003 : 40) ได้เขียน “Quality of life theory” ที่ว่าคุณภาพชีวิต เป็นชีวิตที่ดีและมีความเชื่อว่าชีวิตที่ดีเป็นการดำรงชีวิตที่มีคุณภาพสูง นอกจากนี้ที่ Initiative & Policy Work (2007) ได้เสนอองค์ประกอบของคุณภาพชีวิต ว่า คุณภาพชีวิตเป็นการรวมองค์ประกอบของคุณลักษณะสังคม สิ่งแวดล้อมและ

เศรษฐกิจของประชาชน ทำให้เพิ่มขึ้นและเพิ่มสุขภาพ ที่มีในหน่วยงานท้องถิ่น ประกอบด้วย การทำให้สามารถมีข้อมูลพื้นฐานประจำที่จำเป็น การส่งเสริมให้มีการแลกเปลี่ยนทรัพยากรพื้นฐานอย่างยุติธรรม และเสมอภาค การพัฒนาและสนับสนุนเศรษฐกิจท้องถิ่น ป้องกันและทำให้ธรรมชาติเพิ่มขึ้นและเสริมสร้างสิ่งแวดล้อม สร้างโอกาสความสำเร็จตามเป้าหมายของแต่ละบุคคลเป็นตามที่ปรารถนา และสนับสนุนความอุดมสมบูรณ์ ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม และรวมทุกอย่างในสังคมชุมชน และสอดคล้องกับ สวัสดิ์ ภูทอง (2546 : 65) ที่สรุปความหมายของคุณภาพชีวิตไว้ว่า คุณภาพชีวิตหมายถึง สภาวะของการมีระดับชีวิตความเป็นอยู่ที่ดี มีความสุข มีความพึงพอใจในชีวิตความเป็นอยู่ของตนเอง โดยสามารถปรับตัวให้อยู่ร่วมกับสังคม และสิ่งแวดล้อมได้อย่างมีความสุข ซึ่งข้อมูลพื้นฐานทั่วไปที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตของสมาชิกชุมชนบ้าน โนนปากเลยที่เก็บรวบรวมข้อมูลสมาชิกในครอบครัวส่วนใหญ่มีจำนวน 5 คน มีพ่อ แม่ ลูก และผู้ใหญ่อยู่ในบ้านด้วย จะเห็นได้ว่าครอบครัวของชุมชนยังเป็นชุมชนครอบครัวขยายที่อยู่ในชนบทอยู่ ซึ่งจากการสังเกตคนในครอบครัวของแต่ละบ้านมีผู้ใหญ่และเด็กเล็กจะมีบางบ้านที่ลูกหลานอยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนปลายหรือวัยกลางคนไปทำงานที่อื่นสภาพสาธารณูปโภคของบ้าน โนนปากเลย ได้แก่ ถนนที่ใช้คมนาคมในหมู่บ้านเป็นถนนลาดยางมีความสะดวกกว่าแต่ก่อนที่มีฝุ่นละออง ถนนเป็นดินลูกรัง ส่วนไฟฟ้า ประปา โทรศัพท์เข้าถึงทุกบ้านทุกครัวเรือน บางบ้านติดตั้งจานดาวเทียม บางบ้านติดตั้งเสาอากาศ แต่ทุกบ้านมีโทรทัศน์ นอกจากนี้บางบ้านมีเทคโนโลยีใหม่ๆ เขามาใช้ เช่น เครื่องซักผ้า อินเทอร์เน็ต บางบ้านจะติดตั้งอินเทอร์เน็ตให้ลูกสืบค้นข้อมูลทางการศึกษา เมื่อเปรียบเทียบรายจ่ายค่าไฟฟ้า พบว่าแตกต่างกันมากบางบ้าน จ่ายค่าไฟฟ้า 1,000 บาท บางบ้านไม่เสียเงินค่าไฟฟ้า (เพราะใช้ไฟไม่ถึงจำนวนหน่วยขั้นต่ำที่รัฐบาลกำหนด) เมื่อเปรียบเทียบสภาพสาธารณูปโภคจากอดีตถึงปัจจุบันพบว่า ชุมชนมีสภาพสิ่งอำนวยความสะดวกดีขึ้นแตกต่างกับอดีตเยอะมาก ทั้งนี้อาจเป็นเพราะสิ่งอำนวยความสะดวกเข้าถึงทุกที่ทุกชุมชน และรัฐบาลมุ่งพัฒนาชุมชนให้ทั่วถึง ซึ่งเป็นเช่นนี้เหมือนกับสภาพชีวิตความเป็นอยู่ของคนในชุมชนและปัจจุบันรัฐบาลกระจายความสะดวกให้อย่างทั่วถึงทุกหมู่บ้านทำให้ถนน ไฟฟ้า

สภาพคุณภาพชีวิตความเป็นอยู่ของชุมชนหมู่บ้านบ้าน โนนปากเลย จากการศึกษาเอกสาร ข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึกกับผู้นำที่เป็นทางการและผู้นำไม่เป็นทางการ การสัมภาษณ์กับชุมชน และการสังเกต พบว่า ประชาชนมีสภาพการอยู่เป็นแบบครอบครัวขยายที่มีลูกหลานปู่ย่าตายายร่วมกัน แต่ละบ้านจะมีผู้สูงอายุ มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ที่ต้องดูแล บางครอบครัวมีคนที่ยกพร่องทางด้านร่างกาย เช่น เด็กพัฒนาการทางสมองช้า และคนพิการทางด้านร่างกาย สภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวที่รายได้ส่วนใหญ่มาจากผู้นำครอบครัวเพียงคนเดียวส่วนใหญ่เป็นการทำนา รับจ้างทำเฟอร์นิเจอร์ ส่วนภรรยามีงานเสริมทำซึ่งเป็นรายได้ที่ไม่แน่นอน เช่น การทอเสื่อ การ

สถานกระต๊อบ ท่อผ้าฝ้าย ทำตุ๊กตาจากไหมพรหม แต่ตอนนี้งานต่างๆ เหล่านี้ลดน้อยลง เนื่องจากหาตลาดรองรับไม่ได้ส่วนใหญ่เป็นการขายกันเองทำให้คนในชุมชนผลิตเพื่อการจำหน่ายน้อยลง สภาพภูมิประเทศของบ้านโนนปากเลยมีลักษณะที่ราบผสมภูเขา ส่วนแม่น้ำที่คนในหมู่บ้านใช้น้ำน้อยไม่เหมาะแก่การเกษตรกรรม ที่ทำเกษตรอยู่เพียงแค่พอรับประทานในสมาชิกครอบครัวหรือญาติ พี่น้อง ซึ่งผู้มีส่วนเกี่ยวข้องร่วมกันเสนอด้านย่อยของคุณภาพชีวิตออกเป็น ด้านสุขภาพ ด้านเศรษฐกิจ และด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม ที่เป็นเช่นนี้เพราะชุมชนเห็นความสำคัญของสุขภาพมาอันดับหนึ่งถ้ามนุษย์เราสุขภาพดีก็สามารถทำงานสร้างรายได้ แต่ถ้าสุขภาพไม่ใช่อื่นๆ ไม่ต้องพูดถึง และสอดคล้องกับไกรวุฒิ ช่วยสฤติย์ (2541: 17) กล่าวว่า เป็นความพึงพอใจในชีวิตที่เป็นสุข มีความสมบูรณ์ทั้งทางร่างกายและจิตใจ อยู่ในครอบครัวที่อบอุ่น มีความมั่นคงทางเศรษฐกิจ มีชีวิตอยู่ในสังคมและสภาพแวดล้อมที่ดี มีการพักผ่อนหย่อนใจที่เพียงพอ มีความพร้อมและสามารถที่จะดำรงสถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคม สามารถแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้า และปัญหาที่สลับซับซ้อนได้ และสามารถดำเนินชีวิตด้วยวิธีการที่ชอบธรรมเพื่อให้ได้มาในสิ่งที่ตนพึงประสงค์ภายใต้เครื่องมือและทรัพยากรที่มีอยู่ และคำค้น บุญมณี (2545: 14) ได้สรุปความหมายของคุณภาพชีวิตเพิ่มเติมอีกว่า คุณภาพชีวิต หมายถึง การที่บุคคลมีสุขภาพกาย และจิตที่ดี อันเนื่องมาจากการได้รับการตอบสนองในสิ่งที่ประ โยชน์ต่อร่างกายและจิตใจ

สภาพด้านสุขภาพของคนในชุมชนบ้านโนนปากเลย คนในชุมชนส่วนใหญ่อยู่ในวัยทำงาน มีผู้สูงอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป จำนวน 109 คน คนพิการทั้งหมู่บ้านมี 16 คน แบ่งออกเป็น พัฒนาการช้า 11 คน พิการทางด้านร่างกาย (เดินไม่ได้) จำนวน 5 คน ด้านสุขภาพส่วนใหญ่มีปัญหาการป่วยเกี่ยวกับโรคเบาหวาน พอๆ กับ โรคหัวใจ โรค รองลงมาเป็น โรคความดันโลหิตสูง เนื่องจากสภาพการกินอาหารคนส่วนใหญ่รับประทานข้าวเหนียวเป็นอาหารหลักแต่เนื่องจากข้าวเหนียวมีสารที่ก่อให้เกิดเป็นเบาหวาน และคนในวัยทำงานหรือผู้สูงอายุมีสภาพ ร่างกายที่อ้วน โดยเฉพาะผู้หญิงส่วนใหญ่ (แม่บ้านหรือผู้สูงอายุ) ในหมู่บ้านร้อยละ 90 มีสภาพเป็นคนอ้วนที่เหลือเกือบอ้วน มีเพียงคนเดียวเท่านั้นที่ผอม สุขภาพดี ส่วนโรคหัวใจโรคที่คนในหมู่บ้านเป็นมีจำนวนมากพอๆ กับป่วยเป็นโรคเบาหวาน แต่ตอนนี้ผู้ป่วยที่เป็นวัน โรคเริ่มลดลงเนื่องจากเสียชีวิต สาเหตุของคนที่เป็นป่วยวัน โรคอาจเป็นเพราะในหมู่บ้านงานที่ทำเป็นงานหลักของชุมชนในหมู่บ้านส่วนใหญ่เป็นงานรับเหมา ทำเฟอร์นิเจอร์ ตั้งแต่การไสไม้ หรือการเลื่อยไม้ ซึ่งจะมีฝุ่นละอองจากขี้เลื่อย หรือการทาสี และสารเคลือบเงา มีกลิ่น ซึ่งสารเคมีเหล่านี้ก่อให้เกิดอันตรายต่อสุขภาพ นอกจากนี้ชุมชนยังประกอบอาชีพเผาถ่านเนื่องจากมีไม้ที่เหลือจากการทำเฟอร์นิเจอร์ เจ้าของโรงงานนำเศษไม้มาเผาทำถ่าน ซึ่งการเผาถ่านจะมีมลพิษ เช่น ฝุ่นจากการเผาถ่าน ก๊าซที่เผาไหม้ ควันทันไฟ อีกทั้งเป็นการเสี่ยงต่ออันตรายเวลาที่เก็บถ่านทั้งนี้เนื่องจากเตาดินยังร้อนระอุ บางครั้งเศษไม้ที่เหลือหรือขี้เลื่อยมีคนมารับซื้อ จะ

เห็นได้ว่าสิ่งแวดล้อมที่เป็นมลพิษจากการประกอบอาชีพส่งผลต่อสุขภาพของคนในชุมชนก่อให้เกิดโรคต่าง ๆ ตามมาได้ เช่น โรคภูมิแพ้ โรคผิวหนัง โรค โรคกระเพาะ เป็นต้น สอดคล้องกับสภาพปัจจุบันที่ชุมชนมีการเผาถ่านหรือเผาป่า เกิดฝุ่นละอองฟุ้งกระจายส่งผลให้ประชาชนเดือดร้อน ป่วยเป็นโรคทางเดินหายใจ ดังจะเห็นได้จากข่าวและข้อมูลที่พบ “ฝุ่นละอองฟุ้งคนในหมู่บ้านป่วยเป็นวัณโรค เยอะมากประมาณ ร้อยละ 50” ส่วนการรับประทานอาหารนั้น ชุมชนส่วนใหญ่ รับประทานอาหารข้าวเหนียวเป็นหลัก ทานอาหารครบทุกมื้อทำกันเองมีซื้ออาหารสำเร็จแต่น้อยอาหารที่กินมีทั้งอาหารที่ปรุงสุกและดิบ ส่งผลต่อสุขภาพ ชุมชนจะมีโรคประจำตัวเบาหวาน โรคโลหิตจาง โรคพยาธิใบไม้ในตับ เป็นต้น ทั้งนี้เนื่องจากสภาพชีวิตความเป็นอยู่ที่มีพฤติกรรมมาตั้งแต่สมัยรุ่นก่อน ๆ ที่รับประทานอาหารหลัก คือ ข้าวเหนียว ปลา ร้า เป็นต้น ประกอบกับในยุคปัจจุบันที่มีเครื่องอำนวยความสะดวกทำให้การออกกำลังกายลดน้อยลง จึงส่งผลต่อสุขภาพทำให้เกิดโรคต่าง ๆ ตามมาดังที่พบ “ยายเฮ็ดอาหารเอง ซื้ออาหารกินบ้าง อาหารกินข้าวเหนียวกันทั้งบ้านอ้อมอยู่ท้องดี” “การรับประทานอาหารของคนในหมู่บ้านผู้ชายชอบกินของดิบๆสุกๆ ไข่กินกับเหล้า ลูกเมียก็เห็นพลอยกินไปด้วย กลัวเป็นโรคพยาธิใบไม้ในตับ, กินสุกบ้างดิบบ้างเพราะแฟนให้เฮ็ด” และ “เรื่องสุขภาพชุมชนบ้านโนนปากเลยคนอ้วนเยอะ ก็มี ... ที่ผอมอยู่คนเดียว” และสอดคล้องกับคำค้น บุญมณี (2545: 14) ได้สรุปความหมายของคุณภาพชีวิตเพิ่มเติมอีกว่า คุณภาพชีวิต หมายถึง การที่บุคคลมีสุขภาพกาย และจิตที่ดี อันเนื่องมาจากการได้รับการตอบสนองในสิ่งที่ประ โยชน์ต่อร่างกายและจิตใจ

สภาพด้านเศรษฐกิจของคนในชุมชน รายได้ของคนในชุมชนส่วนใหญ่มาจากการประกอบอาชีพทำนา และรับจ้างทำเฟอร์นิเจอร์ จะมีบางกลุ่มไปทำงานที่ต่างจังหวัด เช่น กรุงเทพฯ ขอนแก่น เป็นต้น ชุมชนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนของครอบครัวตั้งแต่ 5,001 – 8,000 บาท สอดคล้องกับการเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพที่พบว่ารายได้ของคนในชุมชน อยู่ประมาณ 4,000 – 35,000 บาท ส่วนใหญ่ประชาชนมีรายได้อยู่ประมาณ 8,000 บาทต่อเดือน รายได้มาจากการประกอบอาชีพทำนาและรับจ้างสำหรับผู้รับจ้างรายได้จะ ได้รับเป็นเดือนแต่ไม่ได้จ้างเป็นรายเดือน กล่าวคือจ่ายตามปริมาณชิ้นงานที่ทำ แต่บางครั้งการจ่ายเงินค่าจ้างแรงงานจะรวมปริมาณงานหลายๆ ชิ้นแล้วจึงจ่ายทีเดียวทำให้รายได้ไม่แน่นอน มีลูกจ้างบางคนได้ค่าจ้างไม่เป็นธรรมหรือไม่เป็นไปตามปริมาณงานที่ได้ จึงทำให้ต้องหาอาชีพเสริมอื่นๆ ที่มีการมาว่าจ้าง เมื่อเทียบกับอัตราค่าจ้างแรงงานขั้นต่ำที่รัฐบาลกำหนดถือว่ายังต่ำอยู่ ไม่เพียงพอต่อค่าใช้จ่าย ซึ่งรัฐบาลได้กำหนดค่าจ้างแรงงานขั้นต่ำไว้วันละ 300 บาท จะประมาณ 9,000 บาทต่อเดือน

การออมของชุมชน พบว่า จะมีการออมน้อยมากเป็นเฉพาะบางกลุ่ม ประชาชนกลุ่มที่เป็นแรงงานจะมีการออมหรือไม่มีการออม เพราะรายได้แทบจะไม่พอกับรายจ่าย ด้วยเหตุนี้ทำให้ประชาชนที่ไม่มีเงินเก็บออมหรือเก็บออมน้อยต้องไปยืมเงินมาใช้จ่ายในชีวิตประจำวันทำให้เป็น

หนี้โดยเฉพาะร้านค้าที่ต้องซื้อวัสดุอุปกรณ์ ของใช้ในชีวิตประจำวัน เช่น ร้านค้าชุมชน ดังข้อมูลเชิงคุณภาพที่ว่า “อาชีพรับจ้าง รายได้ไม่แน่นอน อยู่ 4-5 พันบาทบ้าง บางวันมีไม่กี่ทำงาน บางเดือนไม่ถึง ห้าพันก็มี เงินออมไม่ต้องพูดแค่พอใช้จ่ายไม่ต้องกัเงินหรือยืมก็หลายแล้ว” และสอดคล้องกับข้อมูลเชิงปริมาณที่พบว่า ครอบครัวส่วนใหญ่ไม่มีการออม คิดเป็นร้อยละ 86 ส่วนกลุ่มที่เป็นเจ้าของกิจการมีการออมมีรายได้ดี รายจ่ายของชุมชนส่วนใหญ่ใช้ในการเลือกซื้อสินค้าในการใช้ในชีวิตประจำวัน ซึ่งมีการเลือกซื้อตามคำโฆษณา ค่าใช้จ่ายในการศึกษาเล่าเรียนของบุตร หลานถึงแม้ว่าทางรัฐบาลมีการช่วยเหลือค่าเล่าเรียนฟรี และมีการแจกเสื้อผ้านักเรียนให้ แต่ไม่เพียงพอเพราะรัฐบาลแจกเพียงชุดเดียวต้องไปเรียนทุกวันจึงต้องมีการซื้อเพิ่มเติม ดังนั้นคนในชุมชนมีปัญหาเรื่องนี้จะพังกกลุ่มลูกจ้างหรือกลุ่มใช้แรงงาน สอดคล้องกับข้อมูลเชิงคุณภาพที่ว่า “เศรษฐกิจไม่ดีไม่มีเงินออม ส่วนมากเงินไม่พอใช้ไม่พอที่จะออม รายจ่ายมาก ค่าอาหาร ค่าเล่าเรียน ค่าเสื้อผ้าชุดนักเรียน โรงเรียนแจกให้ได้ชุดเดียวไม่พอเราต้องซื้อเพิ่มแต่ก็เบาภาระไปได้บ้างที่รัฐสนับสนุนให้”

สภาพสังคมและสิ่งแวดล้อม ชุมชนมีความร่วมมือกันดีมีการร่วมกิจกรรม เช่น กิจกรรมของโรงเรียน การจัดวันเลี้ยงส่งผู้สำเร็จการศึกษาในโรงเรียน การจัดกิจกรรมแข่งขันกีฬาของเยาวชน เป็นต้น วิทยุในชุมชนมีปัญหาบ้าง มีบางคนที่ติดยาเสพติดแต่ไม่เปิดเผย ปัญหาขโมยที่เกิดภายในหมู่บ้าน ไม่มี แต่จะมีปัญหาทะเลาะวิวาทจะเกิดจากคนภายนอกที่เข้ามาในหมู่บ้าน และด้านความสัมพันธ์ของคนในครอบครัวเกือบทุกครัวเรือนมีความสัมพันธ์กันระหว่างคนในครอบครัวและชุมชนด้วยกันเป็นอย่างดีมีกิจกรรมที่ทำร่วมกัน เช่น กิจกรรมเล่นกีฬา กิจกรรมร่วมกันในวันพิเศษต่างๆ กิจกรรมรับประทานอาหาร ดูโทรทัศน์ เป็นต้น มีบางครอบครัวที่พ่อแม่ต้องไปทำงานอยู่ต่างจังหวัดปล่อยให้ตายายเลี้ยงทำให้ความสัมพันธ์ไม่ดี สอดคล้องกับข้อมูลคุณภาพที่พบ “ความผูกพันของครอบครัวคืออยู่เย็นเป็นสุข ทำบุญงานประเพณีต่าง ๆ ด้วยกัน” “ครอบครัวมีการฮักกันดี ครอบครัวมีความตุม โสม (สัมพันธ์) กันดี” ส่วนเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมในหมู่บ้านมีปัญหาเกี่ยวกับมลภาวะด้านฝุ่นละอองจากขี้เถ้าหรือจากการเผาถ่าน ควันขี้เถ้าฟุ้งตอนเย็นรบกวน บางครั้งที่บ้านมีฝุ่นละออง เสื้อผ้าสีขาวที่ซักตากไว้จะกลายเป็นสีที่ไม่ใช่สีขาวตามสภาพเดิมของเสื้อผ้าหรือเสื้อผ้าสีหมองลง ด้านกลิ่นที่เกิดจากการทำเฟอร์นิเจอร์ เช่น กลิ่นสี กลิ่นทินเนอร์ จะรบกวนส่งผลกระทบต่อสุขภาพของผู้ประกอบกิจกรรมและคนในชุมชน สอดคล้องกับข้อมูลที่พบว่า “ไม่เศษหลายที่เหลื่อ ชาวบ้านนำไปเผาถ่าน แต่มั่นกระทบสิ่งแวดล้อมฝุ่นละอองฟุ้งคนในหมู่บ้านป่วยเป็นวัน โรคเยอะมาก” และ “ฝุ่นละอองจากขี้เถ้าหรือจากการเผาถ่าน ควันขี้เถ้าฟุ้งตอนเย็นรบกวน บางครั้งที่บ้านมีฝุ่นละออง เสื้อผ้าสีขาวถ้าผลอดิมเก็บไม่ต้องพูดว่าเป็นสีขาว” จะเห็นได้ว่าชุมชนบ้านโนนปากเลยมีปัญหาด้านสิ่งแวดล้อมที่เกิดจากการประกอบอาชีพของคนในชุมชนอันส่งผลกระทบต่อสภาพชีวิตความ

เป็นอยู่และสุขภาพของคนในชุมชน ซึ่งสอดคล้องกับสภาพที่พบในปัจจุบันที่มีการเผาป่าทำให้ฝุ่นฟุ้งกระจายเกิดมลภาวะไปทั่วส่งผลให้ชุมชนเกิดความเดือดร้อน

5.2.2 ความคาดหวังและแนวทางการขับเคลื่อนพัฒนาคุณภาพชีวิตโดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของชุมชนหมู่บ้านบ้านโนนปากเลย

ความคาดหวังคุณภาพชีวิตด้านสิ่งแวดล้อม ชุมชนมีความคิดเห็นเกี่ยวกับความคาดหวังการดูแลอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและป้องกันหรือลดมลภาวะที่เกิดจากการประกอบอาชีพ คือการเผาถ่าน ชุมชนมีการร่วมกันแสดงความคิดเห็นว่า ถ้าสิ่งแวดล้อมดี ทำให้ส่งเสริมให้สุขภาพดีด้วยและการใช้ทรัพยากรอย่างประหยัด ทำให้มีทรัพยากรไว้ใช้ได้ตลอดและช่วยลดรายจ่าย ถือว่าการดูแลอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ เป็นภูมิคุ้มกันที่ดีที่มีระบบการป้องกันการก่อให้เกิดโรคร้ายที่เกิดจากมลภาวะที่เป็นพิษ เนื่องจากสภาพแวดล้อมที่ดี อากาศดีไม่มีมลภาวะจะส่งผลให้สุขภาพที่ดีด้านระบบการหายใจ ป้องกันการเกิดภัยพิบัติจากธรรมชาติ และถือว่าธรรมชาติด้านสิ่งแวดล้อมสร้างโลกให้มนุษย์ดำรงอยู่ได้ ทำให้ชุมชนมีการรู้จักพอประมาณในการใช้ทรัพยากรธรรมชาติ **ความคาดหวังคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพ** ชุมชนมีความคิดเห็นเกี่ยวกับความคาดหวังอยากให้มีผู้มาแนะนำหรือสอนวิธีดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ การดูแลเรื่องอาหารที่ต้องห้ามหรืออาหารที่รับประทานได้สำหรับผู้สูงอายุ ผู้ป่วยโรคเบาหวาน เพื่อให้คนในครอบครัวสามารถดูแลตนเองได้โดยไม่ต้องเสียเงินในการเสียค่ารักษา ค่ารถที่ต้องไปในเมือง และอยากให้เห็นความสำคัญของคนพิการ ไม่ว่าจะเป็นทางด้านร่างกาย หรือพิการทางสมองเพราะพวกเขาเป็นส่วนหนึ่งของชุมชนของคนในประเทศอยากให้มีโอกาสสำหรับกลุ่มเหล่านี้และผู้สูงอายุด้วย อาจเป็นความร่วมมือกับหน่วยงานอื่นๆ มาช่วย อยากให้คนในชุมชนมีสุขภาพที่ดีไม่เป็นโรคอ้วนซึ่งเป็นตัวการของการป่วยเป็นโรคอื่นๆ ตามมา อยากให้มีการส่งเสริมให้ชุมชนออกกำลังกายเพื่อไม่ให้คนในชุมชนเป็นโรคอ้วนและอยากให้คนในชุมชนมีสุขภาพแข็งแรง **ความคาดหวังคุณภาพชีวิตด้านเศรษฐกิจ** ชุมชนมีความคิดเห็นเกี่ยวกับความคาดหวังคุณภาพชีวิตด้านเศรษฐกิจว่า อยากให้มีอาชีพเสริมที่น่างอกที่มีอยู่ในชุมชนมาประยุกต์ใช้ให้เพิ่มมูลค่า ช่วยสร้างหรือปลุกจิตสำนึกของคนในชุมชนให้มาใช้ของที่ดีราคาถูกหรือผลิตในชุมชนไว้ใช้กันเองไม่ต้องเสียค่าโฆษณา จากนั้นมีการเสนอนำสิ่งที่เหลือใช้ที่มีอยู่ในชุมชนนำมาใช้ประโยชน์ก่อให้เกิดรายได้ จะเห็นได้ว่าสิ่งที่คาดหวังด้านสิ่งแวดล้อม ด้านสุขภาพ และด้านเศรษฐกิจ ดังสอดคล้องที่วอลเลซ (Wallace, 1974: 6) กล่าวว่า คุณภาพชีวิต หมายถึงองค์ประกอบทั้งหลายที่ทำให้เกิดความพึงพอใจ (Satisfied) แก่บุคคล ทั้งทางร่างกาย (Physical) และจิตใจ (Psychological) ในช่วงระยะเวลาหนึ่งๆ และสอดคล้องกับ ชามา (Shama, 1975: 11) ว่าเป็นความพึงพอใจที่เกิดมาจากการได้รับการสนองต่อความต้องการทางจิตใจและสังคมทั้งในระดับจุลภาค และมหภาค และเกี่ยวข้องกับความสามารถของสังคมในการตอบสนองต่อความต้องการ

พื้นฐานของสมาชิกในสังคม และนิสาร์ตัน ศิลปเดช (2540: 65) สรุปว่า สภาพการดำรงชีวิตที่บุคคลเกิดความสุข ทั้งทางร่างกายและจิตใจ อันเนื่องมาจากการได้รับการตอบสนองความต้องการในด้านต่างๆ อย่างพอเพียงและเหมาะสม สำหรับด้านความสุขทางกายที่ก่อให้เกิดความพอใจคือ ลักษณะที่บุคคลมีสิ่งต่างๆ สนองความต้องการทางด้านร่างกายอย่างเหมาะสมกับสภาพและฐานะของตน ซึ่งได้แก่ อาหาร เสื้อผ้า ที่อยู่อาศัย ยารักษาโรค เครื่องมือเครื่องใช้ เครื่องอำนวยความสะดวกต่างๆ เป็นต้น ส่วนความสุขทางจิตใจที่จะช่วยให้บุคคลพอใจนั้น คือ ลักษณะที่บุคคลมีความรัก ความอบอุ่น และความมั่นคงในจิตใจ ได้รับการยอมรับและยกย่องจากผู้อื่น เกิดความภาคภูมิใจและการนับถือตนเอง คิดและทำในสิ่งที่ตนเป็นประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่น เป็นต้น และคำค้น บุญมณี (2545: 14) ได้สรุปความหมายของคุณภาพชีวิตเพิ่มเติมอีกว่า คุณภาพชีวิต หมายถึง การที่บุคคลมีสุขภาพกายและจิตที่ดี อันเนื่องมาจากการได้รับการตอบสนองในสิ่งที่ตนเป็นประโยชน์ต่อร่างกายและจิตใจ โดยความต้องการทางร่างกายได้แก่การมีอาหารบริโภคในจำนวนที่เพียงพอทำให้ร่างกายดำรงอยู่ได้ มีที่อยู่อาศัยที่คงทนแข็งแรงถูกสุขลักษณะ มีเครื่องนุ่งห่มตลอดปี (โดยเฉพาะฤดูหนาว) มีการศึกษาสำหรับด้านจิตใจได้แก่ การมีอาชีพมั่นคง มีรายได้พอเพียง มีบริการด้านสาธารณสุขบริโภค มีโอกาสสร้างสรรค์พัฒนาตนเอง มีความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน มีการคมนาคมที่สะดวก มีอิสระ (ในกรอบของกฎหมายและเป็นธรรม) มีนันทนาการและการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ และสอดคล้องกับ สวัสดิ์ ภูทอง (2546 : 65) ที่สรุปความหมายของคุณภาพชีวิตไว้ว่า คุณภาพชีวิต หมายถึง สภาวะของการมีระดับชีวิตความเป็นอยู่ที่ดี มีความสุข มีความพึงพอใจในชีวิตความเป็นอยู่ของตนเอง โดยสามารถปรับตัวให้อยู่ร่วมกับสังคม และสิ่งแวดล้อมได้อย่างมีความสุข ในการดำเนินชีวิตให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีจะมีปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับเศรษฐกิจสังคม วัฒนธรรม ร่างกายและจิตใจ ซึ่ง รังสิมา วิวัฒน์วงศ์วนา (2545 : 39) ได้สรุปคุณภาพชีวิตที่ดีออกเป็นมิติทั้งหมด 4 มิติ ได้แก่ ชีวิตส่วนตัว ชีวิตการทำงาน ชีวิตครอบครัว และชีวิตสังคม

แนวทางการพัฒนา พบว่า ชุมชนมีความคิดเห็นดังนี้ **ด้านสิ่งแวดล้อม** ควรจัดทำประชาคมติของชุมชนเกี่ยวกับ การสร้างกฎข้อบังคับของชุมชนเกี่ยวกับกฎเกณฑ์การเผาถ่าน การจัดการขยะของชุมชน **ด้านสุขภาพ** ควรมีการให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลผู้สูงอายุ คนพิการ และผู้ประกอบการ โดยการจัดอบรมการดูแลผู้สูงอายุ และคนพิการให้กับคนในครอบครัว จัดอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพการทำงานทั้งผู้ประกอบการและผู้รับจ้าง จัดกิจกรรมการออกกำลังกายตอนเย็น เช่น เดินแอโรบิก หรือเดินสูดอากาศ และการรำไม้พอง การจัดกิจกรรมให้กับผู้ปกครองร่างกายร่วมกับหน่วยงานต่างๆ ได้แก่ องค์การบริหารส่วนตำบล สาธารณสุขตำบล มูลนิธิเมตตาธรรม ชุมชน และคณะวิชัย เช่น การจัดกิจกรรมการเข้าค่าย จัดทำประชาคมติเกี่ยวกับการเผาถ่าน **ด้านเศรษฐกิจ** ควรสร้างจิตสำนึกการใช้ทรัพยากรอย่างประหยัด โดยการลดละการใช้จ่ายฟุ่มเฟือย การส่งเสริมอาชีพ

โดยการจัดอบรมหรือศึกษาดูงานเกี่ยวกับการเพาะเห็ด โครงการพัฒนาเพิ่มมูลค่าผลิตภัณฑ์ เช่น จักสาน ทอเสื่อ แปลงรูปไม้ไผ่ และจัดหาตลาดเพื่อรองรับสินค้าของชุมชน ซึ่งสามารถสรุปโครงการการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชนบ้านโนนปากเลย จากการประชุมระดมความคิดของคนในชุมชน สรุป และจัดลำดับความสำคัญของโครงการ เพื่อให้สอดคล้องกับความคาดหวังและแนวทางการพัฒนาได้ จากการสนทนากลุ่ม การสัมภาษณ์เชิงลึกและร่วมกันประชุมระดมความคิด เพื่อนำไปสู่การปฏิบัติการพัฒนา ดังนี้ 1) โครงการคืนสิ่งแวดล้อมและอากาศให้กับชุมชน ได้แก่ การทำประชามติ ระหว่างคนในชุมชนเกี่ยวกับกฎข้อบังคับเกี่ยวกับการเผาถ่าน การปลูกป่าทดแทน การใช้ไม้ที่ไม่ใช่ ไม้เนื้อนุ่ม หรือที่ผิดกฎหมาย 2) โครงการจัดกิจกรรมเสริมสุขภาพ ร่างกายแข็งแรงไร้พุง ด้วยการออกกำลังกายเล่นกีฬา เดินแอโรบิก หรือเดินสู่ลำสुक และการรำโดยใช้ไม้พอง ได้แก่ การออกกำลังกายเดินแอโรบิก หรือ สู่ลำสुक และรำไม้พองตอนเย็น การแข่งขันกีฬาภายในหมู่บ้าน และระหว่างหมู่บ้าน 3) โครงการพอเพียงเล็กค่านิยมซื้อสินค้าตามโฆษณา ได้แก่ ทำน้ำยาล้างจาน น้ำยาซักผ้า ทำจากวัสดุชุมชนไพรในหมู่บ้าน (มะกรูด มะนาว ดอกอัญชัน ขมิ้น) 4) โครงการลดค่าใช้จ่าย พุ่มเฟื่อย เช่น ทำรายการใช้จ่ายในแต่ละเดือน และทำการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นในครอบครัวและระหว่างครอบครัว ว่ามีการใช้จ่ายอะไรที่ไม่เป็นประโยชน์ 5) โครงการรักษาน้ำ เช่น การใช้น้ำแทนที่จะทิ้งนำมาลดต้นไม้ หรือทำประโยชน์ 6) โครงการศึกษาดูงานเศรษฐกิจพอเพียง ที่แหล่งเรียนรู้เศรษฐกิจพอเพียงของบ้านอาจารย์รัชช สอนผึ้ง 7) โครงการส่งเสริมความรู้สุขภาพ เศรษฐกิจ สิ่งแวดล้อมโดยยึดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง โดยการให้ความรู้เสียงตามสายของหอกระจายข่าวหมู่บ้าน วิทย์ชุมชน 8) โครงการใช้พื้นที่ให้เกิดทรัพย์สิน ได้แก่ การปลูกต้นไม้ผักสวนครัว บริเวณพื้นที่ที่ว่างเปล่าเพื่อไว้ใช้โดยไม่ต้องซื้อ เช่น ตระไคร้ พริก มะนาว มะกรูด กะเพรา หอม กระเทียม ข่า กระชายมะเขือ มะเขือเทศ ชะอม เป็นต้น นอกจากนี้ยังปลูก ผลไม้ที่ไม่ขึ้นต้นสำหรับพื้นที่เล็กน้อยข้างทางเดิน เช่น สับปะรด ฝรั่ง แก้วมังกร และกล้วย เป็นต้น 9) โครงการเพาะเห็ดเพื่อสุขภาพและรายได้ โดยการนำร่องปลูกเห็ดก่อนเพื่อศึกษาวิธีการดูแล และแลกเปลี่ยนให้ความรู้การดูแลเห็ด ปัญหาที่เกิดขึ้น และข้อควรระวัง จากนั้นทำการเพาะเห็ดของชุมชนแบ่งกลุ่มรับผิดชอบ และศึกษาดูงานการเพาะเห็ดของกลุ่มแม่บ้านผาขาว 10) โครงการพัฒนาอาชีพเพิ่มรายได้ ได้แก่ การใช้เศษวัสดุ อุปกรณ์ที่เหลือใช้ให้เกิดคุณค่า เช่น เศษขี้เถ้า ใบเถียงที่ไม่ใช้มาทำเป็นเครื่องเหลาตอกไม้ น้ำสูดท้ายที่ใช้ซักผ้านำมารดต้นไม้ ขวดน้ำที่ดื่มหมดแล้วนำมาใส่น้ำยาล้างจานและน้ำยาซักผ้า นำหญ้าแฝกมาตากเพื่อที่จะนำมามูลหลังคาโรงเรียนเพาะเห็ดและนำเศษไม้ที่เหลือจากทำเฟอร์นิเจอร์ มาทำโครงสร้างโรงเรียน และการพัฒนาผลิตภัณฑ์เพื่อเพิ่มมูลค่าของสินค้า และ 11) โครงการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของคนพิการ และผู้สูงอายุ จัดโครงการกิจกรรมค่ายสัมพันธ์ผู้พิการ ผู้ปกครอง ซึ่งเป็นไปตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงที่ต้องการให้เกิดการสร้างอาชีพ สร้างรายได้ การ

ดำรงชีวิตที่อยู่ในความไม่ประมาท และเป็นไปตามแนวทางการพัฒนาหมู่บ้าน โนนฟากเลยแนวทางในการแก้ปัญหา และพัฒนาหมู่บ้าน เพื่อให้ประชาชนมีคุณภาพชีวิตที่ดี ชุมชนปลอดภัยดี ประชาชนจะต้องตระหนักถึงความสำคัญว่าทุกคนในชุมชนจะต้องมีส่วนร่วมในทุกกิจกรรมที่เกิดขึ้นในชุมชนเสมือนหนึ่งว่าชุมชนคือครอบครัวของตนเอง และในการดำรงชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง โดยความพอเพียงนั้น จะต้องดำเนินชีวิตด้วยทางสายกลาง มีความพอประมาณ ความมีเหตุผล ความมีภูมิคุ้มกัน ภายใต้อันตราย 2 เงื่อนไข ความรู้ รอบรู้ รอบคอบ ระมัดระวัง คุณธรรม ซื่อสัตย์ อดทน ขยันหมั่นเพียร เมื่อนำไปปฏิบัติชีวิตของคนในชุมชนจะมีความสุข สอดคล้องกับกาญจนา บุญยัง, เทียนแก้ว เลี่ยมสุวรรณ และอุษณากร ทาวะรัมย์ (2552) เตรียมความพร้อมของผู้ที่เกี่ยวข้องให้มีความรู้ ความเข้าใจอย่างถ่องแท้ พัฒนาชุมชนให้มีความเข้มแข็ง ผู้บริหารของ อบต. ต้องขับเคลื่อนการบริหารงานตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงอย่างจริงจัง สร้างการมีส่วนร่วมและพัฒนารูปแบบการประสานงานร่วมกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง และ ผู้บริหารและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องจะต้องประชาสัมพันธ์และปฏิบัติตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงให้เป็นแบบอย่างแก่ประชาชน

5.2.3 ผลการพัฒนาคุณภาพชีวิต โดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง จากการมีส่วนร่วมของชุมชนในการกำหนดแนวทางการพัฒนาร่วมกันเพื่อให้ตอบสนองความคาดหวัง ในรูปของโครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชนหมู่บ้าน โนนฟากเลย ซึ่งการนำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ของชุมชน ผู้วิจัยและชุมชนกลุ่มเป้าหมายร่วมกันวิเคราะห์สรุปผลการพัฒนา ในแต่ละด้าน ดังนี้

ด้านสุขภาพ ผู้วิจัยนำโครงการจัดกิจกรรมเสริมสุขภาพ ร่างกายแข็งแรงไร้พุง คือ การออกกำลังกาย เล่นกีฬา เดินแอโรบิก เดินสูดอากาศ และเดินโดยใช้ไม้พอง การจัดดำเนินการตามโครงการผู้วิจัยจัดหาผู้นำเดินแอโรบิกมานำเดินในช่วงสัปดาห์แรกต่อจากนั้นชุมชนจัดหาผู้นำเดินจากคนในชุมชนผลัดเปลี่ยนกันเป็นผู้นำเดินกันเอง และจัด โครงการส่งเสริมความรู้สุขภาพเศรษฐกิจ สิ่งแวดล้อมโดยยึดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง โดยการให้ความรู้เสียงตามสายของหอกระจายข่าวหมู่บ้าน วิทยุชุมชน โดยการให้ความรู้เกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียงตามหอกระจายข่าวหมู่บ้าน วิทยุชุมชนจากผู้นำชุมชนที่เป็นทางการเป็นการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี เพราะเป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์โดยการออกกำลังกาย มีการทำกิจกรรมร่วมกันระหว่างชุมชนและคนในครอบครัว ซึ่งคนในชุมชนมีความคิดเห็นว่าเป็นการสร้างภูมิคุ้มกันให้กับเด็กเยาวชนในหมู่บ้านแทนที่จะไปเล่นเกมคอมพิวเตอร์ มาออกกำลังกายเสริมสร้างสุขภาพที่แข็งแรง ยังเกิดความผูกพันสามัคคีในชุมชนด้วย มีการเตรียมตัวเรื่องน้ำดื่ม และเสริมสร้างความพอเพียงให้กับชุมชน โดยเฉพาะเรื่องเสื้อผ้าเครื่องแต่งกายในการออกกำลังกายไม่จำเป็นต้องเป็นแบบฟอร์มเดียวกัน

ในเรื่องความพอประมาณ ชุมชนรู้จักนำวิธีการออกกำลังกายที่ไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายมากมายใช้ในการออกกำลังกาย ได้แก่ การเดินแอโรบิก การเดินไม้พอง การเดินสูล่าสูง เป็นต้น นอกจากนี้รู้จักความเหมาะสมและความจำเป็นในการแต่งกายที่เหมาะสมกับการออกกำลังกาย โดยไม่สิ้นเปลืองในการซื้อเสื้อผ้าใหม่ที่เป็นแบบเหมือนกันทุกคนที่มาออกกำลังกาย โดยการมีการวางแผนหาเสื้อผ้าที่เหมาะสมสามารถออกกำลังกายได้สบาย ถ้าจะให้ดูสวยงามอาจใส่เสื้อที่สีประจำวัน แต่ไม่จำเป็นต้องเป็นแบบเดียวกัน ส่วนอุปกรณ์มีบางอย่างที่สามารถหาได้ในวัสดุธรรมชาติในท้องถิ่น คือ ไม้พองจัดทำโดยใช้ไม้ไผ่มาทำ บางคนอาจตกแต่งรายไม้พอง และ**ความมีเหตุผล** ชุมชนเห็นประโยชน์ถึงการออกกำลังกายมีประโยชน์ต่อสุขภาพ เพิ่มความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัว และชุมชน ทำให้เยาวชนใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ไม่ไปมั่วสุมอบายมุขต่างๆ และมีความรู้เห็นความสำคัญของการออกกำลังกาย ด้านสิ่งแวดล้อม ผู้วิจัยได้นำโครงการที่ชุมชนเสนอ 2 โครงการ คือ โครงการสิ่งแวดล้อมและอากาศให้กับชุมชน ชุมชนจัดประชุมหมู่บ้านเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อม การอนุรักษ์ทรัพยากร การใช้ทรัพยากรอย่างประหยัดและคุ้มค่า การปลูกป่าทดแทน โครงการส่งเสริมความรู้สุขภาพ เศรษฐกิจ สิ่งแวดล้อมโดยยึดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง โดยการให้ความรู้เสียงตามสายของหอกระจายข่าวหมู่บ้าน วิฑูชุมชน โดยการให้ความรู้เกี่ยวกับการอนุรักษ์ธรรมชาติและการทำงานประชาคมของชุมชนโดยผู้ที่สนใจเข้าร่วมมีตั้งแต่เยาวชนอายุ 15 ปี ขึ้นไป เข้าร่วมด้วย หลังเมื่อจัดกิจกรรมจะเห็นได้ว่าการจัดกิจกรรมเสริมสุขภาพ ร่างกายแข็งแรงไร้พุง ด้วยการออกกำลังกายเล่นกีฬาเดินแอโรบิก หรือเดินสูล่าสูง และการเสริมสร้างความรู้ เป็นการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี เพราะเป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์โดยการออกกำลังกาย มีการทำกิจกรรมร่วมกันระหว่างชุมชนและคนในครอบครัว ซึ่งคนในชุมชนมีความคิดเห็นว่าเป็นการสร้างภูมิคุ้มกันให้กับเด็กเยาวชนในหมู่บ้านแทนที่จะไปเล่นเกมคอมพิวเตอร์ มาออกกำลังกายเสริมสร้างสุขภาพที่แข็งแรง ยังเกิดความผูกพันสามัคคีในชุมชนด้วย มีการเตรียมตัวเรื่องน้ำดื่ม และเสริมสร้างความพอเพียงให้กับชุมชน โดยเฉพาะเรื่องเสื้อผ้าเครื่องแต่งกายในการออกกำลังกายไม่จำเป็นต้องเป็นแบบฟอร์มเดียวกัน

ในเรื่องความพอประมาณ ชุมชนรู้จักนำวิธีการออกกำลังกายที่ไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายมากมายใช้ในการออกกำลังกาย ได้แก่ การเดินแอโรบิก การเดินไม้พอง การเดินสูล่าสูง เป็นต้น นอกจากนี้รู้จักความเหมาะสมและความจำเป็นในการแต่งกายที่เหมาะสมกับการออกกำลังกาย โดยไม่สิ้นเปลืองในการซื้อเสื้อผ้าใหม่ที่เป็นแบบเหมือนกันทุกคนที่มาออกกำลังกาย โดยการมีการวางแผนหาเสื้อผ้าที่เหมาะสมสามารถออกกำลังกายได้สบาย ถ้าจะให้ดูสวยงามอาจใส่เสื้อที่สีประจำวัน แต่ไม่จำเป็นต้องเป็นแบบเดียวกัน ส่วนอุปกรณ์มีบางอย่างที่สามารถหาได้ในวัสดุธรรมชาติในท้องถิ่น คือ ไม้พองจัดทำโดยใช้ไม้ไผ่มาทำ บางคนอาจตกแต่งรายไม้พอง และ**ความมีเหตุผล** ชุมชนเห็นประโยชน์ถึงการออกกำลังกายมีประโยชน์ต่อสุขภาพ เพิ่มความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัว และชุมชน ทำให้

เยาวชนใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ไม่ไปมั่วสุมอบายมุขต่างๆ และมีความรู้เห็นความสำคัญของการออกกำลังกาย

ด้านสิ่งแวดล้อม ผู้วิจัยได้นำโครงการที่ชุมชนเสนอ 2 โครงการ คือ **โครงการคืนสิ่งแวดล้อมและอากาศให้กับชุมชน** ชุมชนจัดประชุมหมู่บ้านเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อม การอนุรักษ์ทรัพยากร การใช้ทรัพยากรอย่างประหยัดและคุ้มค่า การปลูกป่าทดแทน **โครงการส่งเสริมความรู้สุขภาพ เศรษฐกิจสิ่งแวดล้อมโดยยึดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง** โดยการให้ความรู้เสียงตามสายของหอกระจายข่าวหมู่บ้าน วิทยุชุมชน โดยการให้ความรู้เกี่ยวกับการอนุรักษ์ธรรมชาติ และการทำประชาคมของชุมชน โดยผู้ที่สนใจเข้าร่วมมีตั้งแต่เยาวชนอายุ 15 ปี ขึ้นไป เข้าร่วมด้วย มีการจัดนัดหมายการทำประชาคม ผลการจัดทำประชาคมเพื่อหาประชามติของชุมชนเกี่ยวกับการปฏิบัติการเผาถ่านและการทำเฟอร์นิเจอร์ออกมาเป็น การจัดกติกาของชุมชน สร้างกฎข้อบังคับและทำข้อตกลงหมู่บ้านเกี่ยวกับการดำเนินการเผาถ่านและการทำเฟอร์นิเจอร์ของชุมชน ดังนี้ กำหนดเวลาการเผาถ่าน 9.00 – 17.00 น. สถานที่เผาถ่านต้องห่างไกลชุมชนประมาณ 2 กิโลเมตร มีการกำจัดฝุ่นละออง ไม่ให้ฟุ้งกระจาย ส่วนการทำเฟอร์นิเจอร์ต้องเป็นไม้ที่ไม่ใช่ไม้ต้องห้าม ผิดกฎหมาย และ**โครงการรักษาน้ำ** จากการประชุมระดมความคิดให้เกิดโครงการรักษาน้ำ ชุมชนในหมู่บ้านมีการรองน้ำที่ใช้แล้ว เช่น น้ำซักผ้าครั้งสุดท้าย น้ำล้างจาน ล้างแก้วน้ำที่ใส น้ำล้างผัก ผลไม้ เป็นต้น รองน้ำไปรดน้ำต้นไม้เพื่ออนุรักษ์น้ำอย่างประหยัด และคุ้มค่า นอกจากนี้ ยังเกิดพฤติกรรมการนำเศษอาหารที่เหลือ เศษผัก เศษผลไม้ กับเศษวัสดุที่ไม่ย่อยสลายออกจากกัน นำเศษวัสดุธรรมชาติทำเป็นปุ๋ย หรือใส่โคนต้นไม้ เมื่อย่อยสลายกลายเป็นปุ๋ย ทดแทนดินได้ด้วย ส่วนเศษวัสดุที่ไม่ย่อยสลายเก็บขายเศษ จากการดำเนินการจะเห็นได้ว่าการดำเนินการตามโครงการชุมชนเกิด**ความมีเหตุผล** เนื่องจากชุมชนเกิดความตระหนักถึงคุณค่าของสิ่งที่ใช้แล้วหรือเศษวัสดุที่เหลือใช้หรือของที่ใช้แล้วนำมาใช้หรือประยุกต์ให้เกิดประโยชน์ **การเสริมสร้างภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี** ทำให้ฝึกฝนนิสัยรักษาทรัพยากร และสร้างความตระหนักในการใช้ทรัพยากรอย่างคุ้มค่า เพื่อไว้ใช้ในอนาคต อีกทั้งเป็นการนำสิ่งของเหลือใช้ หรือเศษสิ่งของต่างๆ มาให้เกิดประโยชน์ทำให้เกิดจิตสำนึกที่ดีต่อการใช้ทรัพยากร และมีการทดแทนทรัพยากรที่ใช้เพื่อไว้ใช้ในอนาคตของลูกหลานในชุมชน และคนในประเทศต่อไป **ส่วนการเสริมสร้างความพอเพียง** ชุมชนเกิดความตระหนักในการใช้ทรัพยากรที่มีอยู่อย่างคุ้มค่า และพอเพียง เห็นความจำเป็นต่อการใช้ทรัพยากรให้เกิดประโยชน์ ไม่ใช้ทรัพยากรอย่างฟุ่มเฟือย และเมื่อใช้แล้วทำอย่างไรที่จะใช้อย่างคุ้มค่าเกิดประโยชน์มากที่สุด **โครงการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของคนพิการ และผู้สูงอายุ** การจัดกิจกรรมโดยการใช้ความร่วมมือระหว่างหน่วยงานตัวแทนจากภาครัฐ ได้แก่ คณะกรรมการอาสาพัฒนาผู้พิการในชุมชน (อพช.) กลุ่มอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) องค์การบริหารส่วนตำบล และองค์กรเอกชน ได้แก่ มูลนิธิเมตตาธรรม

(วังสะพุง) ซึ่งกลุ่มอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) จัดการอบรมปฏิบัติการให้ความรู้สมาชิกในครอบครัวที่มีคนพิการ หรือผู้สูงอายุ เกี่ยวกับการดูแล นอกจากนี้มีการเยี่ยมบ้านติดตามในครอบครัวที่มีคนพิการ หรือผู้สูงอายุเดือนละ 2 ครั้ง และที่มูลนิธิเมตตาธรรม (วังสะพุง) จัดการศึกษาให้คนพิการ นอกจากนี้ชุมชนบ้าน โนนฟากเลย กับชุมชนบ้านแท่นร่วมกันขอความอนุเคราะห์องค์การบริหารส่วนตำบลผาน้อย และองค์กรเอกชน มูลนิธิเมตตาธรรม (วังสะพุง) กลุ่มอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) และคณะวิจัย ร่วมกันจัด **กิจกรรมค่ายสัมพันธ์ผู้พิการ ผู้ปกครอง ประจำปี 2554** ในวันที่ 4-5 เมษายน 2554 ณ โรงเรียนบ้านวังแท่น โดยการจัดกิจกรรมการเล่นเป็นฐาน เข้าค่าย กิจกรรมรอบกองไฟ การแสดงของคนพิการ ผู้สูงอายุ และการแสดงชุดาสุกของชุมชน และเด็กเล็กของชุมชนบ้าน โนนฟากเลย จัดเลี้ยงอาหารตลอดทั้งสองวัน ผลการจัดกิจกรรม ปรากฏว่า ผู้พิการเกิดการกล้าแสดงออก ฝึกการอยู่ร่วมกับคนในชุมชน สนุกสนาน เกิดความผูกพันระหว่างผู้พิการ ผู้ปกครองและชุมชน **ด้านเศรษฐกิจ** ผู้วิจัยได้นำโครงการที่ชุมชนเสนอ 4 โครงการ คือ **โครงการเพาะเห็ด เพื่อสุขภาพและรายได้** ดำเนินการ โดยการศึกษาดูงานของตัวแทนชุมชนศึกษาดูงานการเพาะเห็ดจากศูนย์เพาะเห็ดของกลุ่มแม่บ้านหมู่บ้านผาขาว **โครงการการลดค่าใช้จ่ายฟุ่มเฟือย** เช่น ทำรายการใช้จ่ายในแต่ละเดือน และทำการแลกเปลี่ยนความคิดในครอบครัวและระหว่างครอบครัว ว่ามีการใช้จ่ายอะไรที่ไม่เป็นประโยชน์ และ**โครงการศึกษาดูงานบ้านเศรษฐกิจพอเพียง** ที่แหล่งเรียนรู้เศรษฐกิจพอเพียงของบ้านอาจารย์อริย์ชล สอนฝั่ง ชุมชนนำความรู้ที่ได้มาประยุกต์ใช้เริ่มตั้งแต่การสร้างเรือนเพาะเห็ดที่นำหญ้าคาตามทุ่งนามาเป็นตัวเรือนและหลังคา ส่วนโครงเรือนหาไม้จากไม้ที่ขึ้นตามท้องทุ่ง หรือที่ดิน เช่น ต้นกระถินณรงค์ หรือต้นไผ่ เป็นต้น นำมาประกอบเป็นโรงเรือนเพาะเห็ดที่ต้นทุนต่ำ วัสดุที่ซื้อจะเป็น ปูนขาว ไม้โรยมาเชือกที่ดินบริเวณโรงเรือน เชื้อเชื้อเห็ด หรือลวด ที่ใช้ในการยึดติดตัวเรือน หรือไม้สำหรับผูกห้อยถุงเชื้อเห็ดเห็นบางอย่างที่เลี้ยงโดยใช้แฉวน เช่น เห็ดหูหนู เป็นต้น ส่วนประตูเข้าออกใช้ถุงปุ๋ยมาเย็บติดมาทำประตูปิดเข้าออกโรงเพาะเห็ด นอกจากนี้ชุมชนยังใช้พื้นที่ดินที่มีอย่างคุ้มค่า หรือพวกเขาเรียกว่า **“การจัดพื้นที่ให้เกิดทรัพย์สินในดิน”** โดยการปลูกต้นไม้บริเวณรอบบ้านที่มีที่ว่างปลูกพืชสวนครัว ทำโครงร้านให้ไม้เลื้อย เช่น ต้นพริก ต้นบวบ ต้นพริกขี้หนู น้ำเต้า เป็นต้น ส่วนพื้นที่ข้างล่างมีการปลูกพริก ผักชี ต้นหอม มะเขือ มะเขือเทศ ตะไคร้ หรือสับปะรด เป็นต้น ส่วนบริเวณรอบบ้านปลูกไม้ ต้นกล้วย มะละกอ มะนาว มะกรูด มะม่วง ลำไย เป็นต้น นอกจากนี้ไม่ต้องซื้อวัตถุดิบแล้วยังมีผัก ผลไม้ไว้กินตลอดทุกฤดู ยังปลอดภัยจากสารพิษหรือยาฆ่าโรคแมลงต่างๆอีกด้วย และโครงการผลิตน้ำยาล้างจาน และน้ำยาซักผ้าไว้ใช้จ่ายในชุมชน โดยจัดหาวัตถุดิบเกี่ยวกับสารเคมีทำน้ำยาล้างจาน น้ำยาซักผ้า และน้ำยาปรับผ้านุ่ม ส่วนสารแต่งกลิ่นนำวัตถุดิบธรรมชาติโดยนำผลมะกรูด ผลมะนาวที่มีอยู่ในชุมชน และเก็บขวดพลาสติกที่ใส่น้ำดื่มนำมาเป็นภาชนะสำหรับใส่ ซึ่งจัดอบรมการทำน้ำยาล้างจาน

น้ำยาซักผ้าและน้ำยาปรับผ้านุ่มให้ชุมชน ณ หอประชุมโรงเรียนบ้านโนนปากเลย **หลักความมีเหตุผล** โดยชุมชนมีการทำรายการใช้จ่ายในแต่ละเดือน และทำการแลกเปลี่ยนความคิดในครอบครัวและระหว่างครอบครัว ว่ามีการใช้จ่ายอะไรที่ไม่เป็นประโยชน์ มีการวิเคราะห์การใช้จ่ายสินค้าที่ใช้ในชีวิตประจำวัน อีกทั้งไม่ผลิตสินค้าที่ใช้มากเกินไปจนทำให้สินค้าเหล่านั้นต้องเก็บรักษานานอาจเสื่อมสภาพ ความคุ้มค่าของโครงการนี้ กล่าวคือ ไม่ต้องเสียค่าโฆษณา ค่าบรรจุภัณฑ์ ค่าวัสดุปรุงแต่งกลิ่น หรือสีของผลิตภัณฑ์ ซึ่งเป็นมูลค่าของความฟุ่มเฟือย ความเหมาะสมกับบริบทสภาพของชุมชน มีการคำนึงถึงการผลิตผลิตภัณฑ์ที่ไว้ใช้ในชุมชน อีกทั้งชุมชนมีการปลูกผัก หรือผลไม้ในบริเวณบ้านไว้รับประทานโดยไม่ต้องซื้อเป็นการประหยัดค่าใช้จ่าย อีกทั้งยังปลอดภัยจากยาฆ่าแมลง ส่วนการพัฒนารูปแบบผลิตภัณฑ์แปลกใหม่โดยการจัดหาแบบต่างๆ และช่วยกันคิดรูปแบบต่างๆ ของคนในชุมชน เพื่อเพิ่มมูลค่าสินค้าและสร้างความแตกต่างของผลิตภัณฑ์ที่ไม่เหมือนผลิตภัณฑ์ที่มีอยู่ในท้องถิ่น เพราะการที่ผลิตภัณฑ์มีความหลากหลายทำให้โอกาสทางการตลาดที่ดีกว่าประเภทสินค้าเดียวกันและมีลักษณะรูปแบบผลิตภัณฑ์เหมือนกัน **ความพอประมาณ** การจัดหาวัตถุดิบที่มีอยู่ในบ้าน ไม่ต้องซื้อหาวัตถุดิบการประกอบอาหาร ทำพื้นที่ให้เกิดประโยชน์ คุ้มค่า นำผัก ผลไม้ที่มีอยู่ในบ้านมาประกอบอาหารซึ่งมีคุณค่าทางโภชนาการเหมือนกัน และสดใหม่ไม่ต้องไปซื้อหาที่อื่น ช่วยประหยัดค่าใช้จ่าย ส่วนการผลิตผลิตภัณฑ์มีการคำนวณเพื่อกำหนดปริมาณการทำให้พอดีกับการใช้ของคนในชุมชน **ภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี** มีการคำนึงถึงช่วงฤดูกาลของวัสดุธรรมชาติ เช่น มะนาว มะกรูด ตะไคร้ หรือดอกอัญชัน ที่นำมาเป็นส่วนผสมใช้ในการผลิต น้ำยาล้างจาน และน้ำยาซักผ้า และการใช้วัสดุที่มีอยู่ตามธรรมชาติมาประกอบกลิ่นในส่วนประกอบของผลิตภัณฑ์ไม่ต้องซื้อกลิ่นสังเคราะห์ซึ่งเป็นอันตรายต่อสุขภาพด้วยจะเห็นได้ว่าเป็นไปตามพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงพระราชดำรัส (อ้างถึงใน รงค์ ประพันธ์พงศ์, 2550 : 27-28) เกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง หมายถึง พอมีพอกิน ยิ่งถ้าประเทศพอมีพอกินก็ยิ่งดี คำว่าพอเพียงต่างจาก Self-sufficiency (พึ่งตนเอง) แต่เศรษฐกิจพอเพียงมีความหมายกว้างกว่า คือ ผลิตอะไรมีพอที่จะใช้ ไม่ต้องไปขอซื้อคนอื่น โดยอยู่ได้ด้วยตนเอง ความพอเพียงไม่เพียงแต่ทางกายเท่านั้น ยังหมายถึง พุดจาพอเพียง ทำอะไรพอเพียง ความคิดพอเพียงอีกด้วย และประเวศ วะสี (2540 : 18, 2542 : 4 - 6) ให้ความหมายว่า เศรษฐกิจพอเพียงเป็นเศรษฐกิจแห่งการพึ่งพาตนเอง การพึ่งพาตนเองได้ คือ ความเข้มแข็ง จึงมีความจำเป็นต้องสร้างความเข้มแข็งจากรากฐานล่าง จำเป็นต้องมีเศรษฐกิจบูรณาการ หรือการเป็นองค์รวมมีความเชื่อมโยงระหว่างเศรษฐกิจ จิตใจ วัฒนธรรม สิ่งแวดล้อมและการเมืองพร้อมกันไปในตัว ต่อมาได้ให้ความหมาย การมีความพอเพียงอย่างน้อย ควรมี 7 ประการ คือ 1) พอเพียงสำหรับทุกคน ทุกครอบครัว ไม่ใช่เศรษฐกิจแบบทอดทิ้งกัน 2) จิตใจพอเพียง ทำให้รักและเอื้ออาทรคนอื่นได้ คนที่ไม่พอจะรักคนอื่นไม่เป็น 3) สิ่งแวดล้อมพอเพียง การอนุรักษ์และเพิ่มพูน

สิ่งแวดล้อม จะทำให้ยังชีพและทำมาหากินได้ เช่น การทำเกษตรแบบผสมผสาน ซึ่งได้ทั้งอาหาร ได้ทั้งสิ่งแวดล้อม และได้ทั้งเงิน 4) ชุมชนเข้มแข็งพอเพียง การรวมตัวกันเป็นชุมชนที่เข้มแข็ง ทำให้สามารถแก้ปัญหาต่างๆ ได้ เช่น ปัญหาสังคม ปัญหาความยากจน หรือปัญหาสิ่งแวดล้อม 5) ปัญหาพอเพียง มีการเรียนรู้ร่วมกันในการปฏิบัติ และปรับตัวได้อย่างต่อเนื่อง 6) อยู่บนพื้นฐานวัฒนธรรมพอเพียง วัฒนธรรม หมายถึง วิถีชีวิตของกลุ่มคนที่สัมพันธ์อยู่กับสิ่งแวดล้อมที่หลากหลาย ดังนั้นเศรษฐกิจจึงควรสัมพันธ์และเติบโตขึ้นจากรากฐานทางวัฒนธรรม จึงจะมั่นคง 7) มีความมั่นคงพอเพียง ไม่ใช่วูบวาบ เดียวจน เดียวรวยแบบกะทันหัน ปรับตัวไม่ทัน แต่เศรษฐกิจพอเพียงที่มั่นคงจะทำให้สุขภาพจิตดี ดังนั้นเมื่อทุกอย่างพอเพียงก็เกิดความสมดุล ความสมดุล คือ ความปกติ และยั่งยืน คำว่า เศรษฐกิจ เป็นคำที่มีความหมายที่ดี หมายถึง ความเจริญที่เชื่อมโยงกายใจ สังคม วัฒนธรรม และสิ่งแวดล้อมเข้าด้วยกัน แต่ได้มีการนำเอาเศรษฐกิจไปใช้ในลักษณะแบบแยกส่วน ซึ่งหมายถึง การแสวงหาเงินเท่านั้น เมื่อแยกส่วน ก็ทำลายส่วนอื่นๆ จนเสียความสมดุล และเกิดเป็นวิกฤติ และสอดคล้องกับงานวิจัยของชนัดดา ภูหงส์ทอง และธีระพร อุวรรณโณ (2552 : 147-148) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการดำรงชีพตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงกับความสุขเชิงอัตวิสัยในเกษตรกร มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการดำรงชีพกับความสุขเชิงอัตวิสัยในกลุ่มอาชีพเกษตรกร และศึกษาเปรียบเทียบความแตกต่างของความสุขเชิงอัตวิสัยระหว่างเกษตรกรผู้ที่อยู่อาศัยอยู่ในชุมชนต้นแบบด้านเศรษฐกิจพอเพียงกับเกษตรกรทั่วไป พบว่า 1) การดำรงชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขเชิงอัตวิสัยเชิงอัตวิสัย 2) ในกลุ่มเกษตรกรผู้ที่อยู่อาศัยอยู่ในชุมชนต้นแบบด้านเศรษฐกิจพอเพียงมีคะแนนความสุขเชิงอัตวิสัยสูงกว่าในกลุ่มเกษตรกรทั่วไป 3) การดำรงชีพตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงขนาดที่ดินในการทำการเกษตร รายได้ของครัวเรือน และจำนวนสมาชิกในครัวเรือนสามารถทำนายความสุขเชิงอัตวิสัยได้ และ 4) ในกลุ่มเกษตรกรทั้งหมด การดำรงชีพตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงสามารถทำนายความสุขเชิงอัตวิสัยได้สูงกว่าที่ดินในการทำการเกษตร รายได้ของครัวเรือน และจำนวนสมาชิกในครัวเรือน เช่นเดียวกับงานวิจัยของ ศรีเมือง พลังฤทธิ์ และพรทิพย์ ธีระกาญจน์ (2551) ได้ศึกษาเรื่อง ความเข้าใจความหมายและการดำเนินชีวิตตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง กรณีศึกษา : ตำบลคูคต จังหวัดประทุมธานี พบว่า การเข้าใจความหมายของเศรษฐกิจพอเพียงในเรื่องการพออยู่พอกิน การประหยัด และการเก็บออม สำหรับการดำเนินชีวิตมีทั้งเป็นไปตามและไม่เป็นไปตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง คุณภาพชีวิตของคนในชุมชนแรกยังไม่ดีนัก ความคาดหวังเกี่ยวกับเรื่องสาธารณสุขโลก และความสัมพันธ์ในชุมชน ส่วนชุมชนที่สองคนในชุมชนมีคุณภาพชีวิตดี เพราะมีผู้นำและกลุ่มแกนนำที่เข้มแข็ง ชุมชนให้ความร่วมมือดีสำหรับชุมชนที่สาม คนในชุมชนมีคุณภาพชีวิตพอใช้ เพราะแกนนำมีความรู้ความสามารถ ผล

การพัฒนาคุณภาพชีวิต พบว่า ชุมชนแรก จัดทำโครงการสันตนาการ ทำให้เกิดความสามัคคีเป็น การสร้างภูมิคุ้มกันห่างไกลยาเสพติดและมีสุขภาพแข็งแรง บรรยากาศเต็มไปด้วยความ สนุกสนาน มีสาระและได้ความรู้ มีการคิด โครงการพัฒนาต่อ ได้แก่ พัฒนาอาสาสมัคร สาธารณสุขประจำหมู่บ้าน และโครงการปลูกผัก ส่วนชุมชนที่สอง ทำโครงการพัฒนาความรู้ เพราะคิดว่าความรู้เป็นเรื่องสำคัญทำให้คนมีเหตุมีผล บรรยากาศได้รับความสนใจเป็นอย่างดี แล้วยังสามารถพัฒนาทักษะบุคคลเป็นการป้องกันสาเหตุของการเจ็บป่วย และเป็นการ เสริมสร้างสุขภาพ สำหรับชุมชนที่สาม ทำโครงการฝึกดนตรี และโครงการพัฒนาจิต มีผู้เข้าร่วม โครงการเข้าสนทนาธรรมและฝึกปฏิบัติธรรม ทุกคนมีความพึงพอใจมาก ทำให้คนมีจิตใจ อ่อนโยน มีความพอประมาณ มีเหตุผล จิตใจสงบ สุขภาพจิตดี และเกิดปัญญา เช่นเดียวกับ คาราวรรณ พรหมกัลป์ (2551) ทำการวิจัยเพื่อศึกษาผลการดำเนินงานหมู่บ้านเศรษฐกิจพอเพียง และศึกษาปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะ ในการดำเนินงานหมู่บ้านเศรษฐกิจพอเพียง จังหวัด น่าน ผลการศึกษาพบว่า การดำเนินงานหมู่บ้านเศรษฐกิจพอเพียง โดยภาพรวมทุกด้านอยู่ใน ระดับมาก เมื่อพิจารณาแต่ละด้าน พบว่า ด้านการลดรายจ่าย อยู่ในระดับมาก ข้อที่มีผลการ ดำเนินงานมากที่สุด คือ มีการรักษาสุขภาพให้แข็งแรง รองลงมา คือ คราวเรือนมีการช่วยกัน รักษาสาธารณสุขสมบัติของหมู่บ้าน และมีการรักษาสัตว์ของต่างๆ ให้คงอยู่ในสภาพใช้การได้นาน ด้านการเพิ่มรายได้ มีผลการดำเนินงานอยู่ในระดับปานกลาง

5.2.3 รูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชนหมู่บ้านบ้านโนนฟากเลยที่ดำเนินการ จากการ ร่วมกันสรุปของชุมชนบ้านโนนฟากเลยและคณะวิจัย โดยการประชุมระดมความคิด พบว่า รูปแบบ การพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชนบ้านโนนฟากเลยที่ดำเนินการ จากการร่วมกันสรุป มีดังนี้ 1) การ ส่งเสริมการมีส่วนร่วมในการพัฒนาคุณภาพชีวิต โดยการให้คนในชุมชนเข้ามามี ส่วนร่วมในการ ร่วมคิดแก้ไขและพัฒนาคุณภาพชีวิต โดยนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ 2) การ สร้างค่านิยมพอเพียง โดยการสร้างความรู้ ความเข้าใจและความตระหนักร่วมกันของคนในชุมชน เกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชน โดยนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ใน กิจกรรมการพัฒนา ในรูปโครงการพอเพียงเล็กค่านิยมซื้อสินค้าตามโฆษณา ได้แก่ ทำน้ำยาล้างจาน น้ำยาซักผ้า ทำจากวัสดุสมุนไพรในหมู่บ้าน โครงการการลดละการใช้จ่ายฟุ่มเฟือย เช่น ทำรายการ ใช้จ่ายในแต่ละเดือน และทำการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นในครอบครัวและระหว่างครอบครัว ว่ามีการใช้ จ่ายอะไรที่ไม่เป็นประโยชน์ 3) การสร้างจิตสำนึกพอเพียง เพื่อให้เกิดการอนุรักษ์ทรัพยากรและ สิ่งแวดล้อมที่ดีต่อชุมชน โดยการให้ความรู้ที่จัดเสียงตามสาย การจัดทำประชาคม และสร้างเป้าหมาย การพัฒนาร่วมกันที่เกิดจากประชามติของทุกคนที่เข้าร่วม จัดทำโครงการรักษาน้ำ เช่น การใช้น้ำแทนที่ จะทิ้งนำมาลดต้นไม้ หรือทำประโยชน์ และ โครงการใช้พื้นที่ให้เกิดทรัพย์ ได้แก่ การปลูกต้นไม้ผัก

สวนครัว บริเวณพื้นที่ที่ว่างเปล่าเพื่อไว้ใช้โดยไม่ต้องซื้อ 4) การอบรมเสริมความรู้ความพอเพียง โดยการให้ความรู้เกี่ยวกับความพอเพียงเพื่อจะได้นำความรู้มาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาคุณภาพเกี่ยวกับสุขภาพ เศรษฐกิจ สิ่งแวดล้อมจัดโครงการส่งเสริมความรู้สุขภาพ เศรษฐกิจ สิ่งแวดล้อมโดยยึดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง โดยการให้ความรู้เสียงตามสายของหอกระจายข่าวหมู่บ้าน วิทยุชุมชน ให้ความรู้การส่งเสริมสุขภาพ และการจัดทำบัญชีรายรับรายจ่าย 5) การพัฒนาอาชีพเสริมสร้างรายได้ เพื่อให้สามารถพึ่งตนเองมีรายได้เสริม โดยจัดโครงการพัฒนาอาชีพเพิ่มรายได้ ได้แก่ การใช้เศษวัสดุอุปกรณ์ที่เหลือใช้ให้เกิดคุณค่า เช่น เศษขี้เลื่อย ใบเลื่อยที่ไม่ใช้มาทำเป็นเครื่องเหลาดอกไม้ น้ำสูดท้ายที่ใช้ซักผ้านำมารดต้นไม้ ขวดน้ำที่ดื่มหมดแล้วนำมาใส่น้ำยาล้างจานและน้ำยาซักผ้า นำหญ้าแฝกมาตากเพื่อที่จะนำมาปลูกหลังคาโรงเรือนเพาะเห็ดและนำเศษไม้ที่เหลือจากทำเฟอร์นิเจอร์มาทำโครงสร้างโรงเรือน และการพัฒนาผลิตภัณฑ์เพื่อเพิ่มมูลค่าของสินค้าอาชีพให้กับคนในชุมชน 6) การศึกษาดูงานเศรษฐกิจพอเพียง เพื่อเกิดแนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาโดยน้อมนำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง โดยจัดโครงการศึกษาดูงานเศรษฐกิจพอเพียง ที่แหล่งเรียนรู้เศรษฐกิจพอเพียงของบ้านอาจารย์อารีชล สอนสิ่ง เกี่ยวกับการใช้พื้นที่ตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง เช่น การใช้พื้นที่ให้คุ้มค่า การเลี้ยงปลา การเลี้ยงเห็ด และการจัดอบรมหรือหารูปแบบผลิตภัณฑ์ใหม่ๆ แปรลดจากการนำของเหลือใช้มาแปรรูป และ 7) จัดกิจกรรมเสริมสุขภาพ เป็นการส่งเสริมสุขภาพที่ดี และสร้างความผูกพันและความสัมพันธ์ของสมาชิกในครอบครัวและชุมชน โดยจัดโครงการจัดกิจกรรมเสริมสุขภาพ ร่างกายแข็งแรงไร้พุง ด้วยการออกกำลังกายเล่นกีฬา เดินแอโรบิก หรือเดินสู่สู่สูง และการรำโดยใช้ไม้พอง ได้แก่ การออกกำลังกายเดินแอโรบิก หรือ สู่สู่สูง และรำไม้พองตอนเย็น การแข่งขันกีฬาภายในหมู่บ้าน และระหว่างหมู่บ้าน และ โครงการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของคนพิการและผู้สูงอายุ จัด โดยจัดโครงการกิจกรรมค่ายสัมพันธ์ผู้พิการ ผู้ปกครอง ทั้งนี้เนื่องมาจากการพัฒนาอะไรต้องให้คนที่พัฒนาเข้ามามีส่วนร่วมในการพัฒนา ถ้ากลุ่มที่จะพัฒนาไม่มามีส่วนร่วมงานก็จะสำเร็จไม่ได้ นอกจากนี้ต้องให้เกิดความตระหนักเห็นความสำคัญของการพัฒนา สร้างจิตสำนึกที่ดีต่อชุมชน ในการพัฒนาที่พบบ่อยมาก คือ การอบรมให้ความรู้และการศึกษาดูงาน ดังพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรง (อ้างถึงใน รงค์ ประพันธ์พงศ์, 2550 : 31-34) ทรงตรัสว่า ในการพัฒนาและบริหารประเทศให้ดำเนินไปในทางสายกลาง โดยเฉพาะการพัฒนาเศรษฐกิจ เพื่อให้ก้าวหน้าทันต่อยุคโลกาภิวัตน์ ที่มีความพอประมาณ ความมีเหตุมีผลรวมถึงความจำเป็นที่จะต้องมีระบบภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีพอต่อการมีผลกระทบใดๆ อันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงทั้งภายนอกและภายใน ทั้งนี้ต้องอาศัยความรอบรู้ ความรอบคอบ และความระมัดระวังอย่างยิ่งในการนำวิชาการต่างๆ มาใช้ในการวางแผนและการดำเนินการทุกขั้นตอนขึ้นตอนขึ้นตอน และขณะเดียวกันจะต้องเสริมสร้างพื้นฐานจิตใจของคนในชาติ โดยเฉพาะอย่างยิ่งเจ้าหน้าที่ของรัฐ นักทฤษฎีนักธุรกิจทุก

ระดับในมีสำนึกในคุณธรรม ความซื่อสัตย์สุจริต และให้มีความรอบรู้ที่เหมาะสมดำเนินชีวิตด้วยความอดทน ความเพียร ความมีสติปัญญา และความรอบคอบ เพื่อให้สมดุลและพร้อมต่อการรองรับการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว และกว้างขวางทั้งด้านวัตถุ สังคม สิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรมจากโลกภายนอกได้เป็นอย่างดี ซึ่งสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2551 : 12) ได้กล่าวถึงความสำคัญของปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงต่อการพัฒนาประเทศ 6 ประการ ดังนี้ 1) เศรษฐกิจพอเพียงเป็นปรัชญาที่มีความสำคัญยิ่งสำหรับการจัดความยากจน และการลดความเหลื่อมทางเศรษฐกิจ 2) ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเป็นพื้นฐานของการสร้างพลังอำนาจของชุมชน และการพัฒนาศักยภาพชุมชนให้เข้มแข็งเพื่อเป็นฐานรากของการพัฒนาประเทศ 3) เศรษฐกิจพอเพียงช่วยยกระดับความรับผิดชอบต่อสังคมของบริษัทด้วยการสร้างข้อปฏิบัติในการทำธุรกิจที่เน้นผลกำไรระยะยาวในบริเวณที่มีการแข่งขัน 4) หลักเศรษฐกิจพอเพียงมีความสำคัญยิ่งต่อการปรับปรุงมาตรฐานของธรรมาภิบาลในการบริหารงานภาครัฐ 5) ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงสามารถใช้เป็นแนวทางในการกำหนดนโยบายของชาติเพื่อสร้างภูมิคุ้มกันต่อสถานการณ์ที่เข้ามากระทบโดยฉับพลัน เพื่อปรับปรุงนโยบายต่างๆ ให้เหมาะสมยิ่งขึ้น เพื่อวางแผนยุทธศาสตร์ในการส่งเสริมการเติบโตที่เสมอภาค และยั่งยืน และ 6) ในการปลูกฝังจิตสำนึกพอเพียง จำเป็นต้องมีการปรับเปลี่ยนค่านิยม และความคิดของคน เพื่อให้เอื้อต่อการพัฒนาคน และสอดคล้องกับงานวิจัยของสมาน พัวโพธิ์ (2551) ทำการศึกษาเกี่ยวกับระบบบริหารจัดการและพัฒนารูปแบบการพัฒนาหมู่บ้านตามแนวเศรษฐกิจพอเพียง โดยศึกษาในพื้นที่หมู่บ้านต้นแบบการดำเนินงานเศรษฐกิจพอเพียงของจังหวัดสกลนคร พบว่า รูปแบบการพัฒนาหมู่บ้านตามแนวเศรษฐกิจพอเพียงมีการขับเคลื่อนกิจกรรมผ่านระบบบริหารจัดการพัฒนาหมู่บ้าน โดยมีการจัดองค์กรในหมู่บ้าน 4 ระดับ คือ ที่ปรึกษาหมู่บ้าน คณะผู้บริหารหมู่บ้าน ประชาคมหมู่บ้าน หรือกลุ่มกิจกรรมหรือคุ้มหมู่บ้าน โดยใช้ปัจจัยในการขับเคลื่อนทั้งจากภายในและภายนอกชุมชน จากการผ่านกระบวนการปรึกษาหารือเพื่อเตรียมความพร้อม จากเวทีประชาคม การวางแผนมอบหมายภารกิจ การดำเนินการ การติดตามผล การเรียนรู้และขยายผล โดยมีเจ้าหน้าที่จากภาครัฐมาสนับสนุน ปัจจัยที่ทำให้หมู่บ้านประสบผลสำเร็จ ประกอบด้วย 5 ด้าน คือ ด้านการเรียนรู้ ด้านผู้นำชุมชน ด้านโครงสร้างของประชาคมหมู่บ้าน ด้านความพร้อมของทุนทางสังคมของชุมชน และด้านการสนับสนุนจากหน่วยงานภาครัฐและภาคีการพัฒนาภายนอกชุมชน และรูปแบบการพัฒนาหมู่บ้านตามแนวเศรษฐกิจพอเพียงที่เหมาะสม ในระดับตำบลต้องมีคณะทำงานสนับสนุนการขับเคลื่อน มีแกนประสานดำเนินการหมู่บ้าน มีทีมปฏิบัติการหมู่บ้าน และชุดปฏิบัติการขับเคลื่อนปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ชุดปฏิบัติการใช้ทรัพยากรจากภายในและภายนอกชุมชนเป็นปัจจัยในการดำเนินการ ผ่านกระบวนการ 7 ขั้นตอน คือ 1) การสร้างความเข้าใจ 2) ค้นหาปัญหา ความต้องการ และศักยภาพชุมชน 3) หาทาง

ออกและเลือกกิจกรรมความพอเพียง 4) วางแผนหรือปรับแผนที่มีอยู่ 5) ดำเนินการตามแผน 6) ติดตามเรียนรู้และขยายผล และ 7) ประชาสัมพันธ์ การดำเนินการมีเป้าหมายหลักเพื่อนำไปสู่การเป็นชุมชนเข้มแข็ง ประชาชนพึ่งตนเองได้ ครอบครัวมีคุณภาพชีวิตที่ดีมีความสุข มีการขับเคลื่อนไปพร้อมๆ กัน ตั้งแต่ระดับบุคคล ครัวเรือน กลุ่มและชุมชน การดำเนินการคำนึงถึงหลักเศรษฐกิจพอเพียง อันได้แก่ ความพอประมาณ มีเหตุผล และมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว และงานวิจัยของคาราวรรณ พรหมกัลป์ (2551) ที่พบข้อเสนอแนะ คือ ควรมีการจัดอบรม สัมมนาการบริหารจัดการระดับหมู่บ้านและประชาชน

5.2.4 ข้อค้นพบที่เป็นผลพลอยได้จากการวิจัย

ผู้วิจัยได้ค้นพบองค์ความรู้ที่เกิดจากการพัฒนาคุณภาพชีวิตโดยยึดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงด้วยหลักการแบบมีส่วนร่วมของชุมชนบ้านโนนฟากเลย โดยพิจารณาจากความสำเร็จของการวิจัยครั้งนี้ เกิดจากกระบวนการวิจัยปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมที่เปิดโอกาสให้กลุ่มชุมชนที่เข้าร่วมพัฒนาได้แสดงความคิดเห็นตลอดการวิจัยตั้งแต่การร่วมค้นหา ร่วมคิด ร่วมปฏิบัติ ร่วมสรุป และร่วมแก้ไขปัญหาในประเด็นปัญหาที่ยังคงอยู่ ผลไม่ได้ตามที่คาดหวัง จนเกิดเป็นโครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงจนบรรลุวัตถุประสงค์ เกิดเป็นข้อค้นพบที่เป็นผลพลอยได้ บทเรียนและองค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย ดังนี้

บทเรียนที่ได้จากการวิจัย การพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชนการที่ผู้วิจัยเป็นคนนอกเข้าไปร่วมพัฒนากับคนในพื้นที่ ก่อนที่นักวิจัยเข้าไปดำเนินการวิจัยต้องสร้างความสัมพันธ์กับชุมชนในระยะหนึ่ง เพื่อให้เกิดความไว้วางใจและเกิดความสนิทสนม อีกทั้งทำให้ผู้วิจัยเข้าใจบริบทของชุมชน และโครงสร้างความสัมพันธ์ของคนในชุมชนซึ่งอันจะเป็นประโยชน์ต่อการเก็บรวบรวมและการวิเคราะห์ข้อมูล นอกจากนี้การพัฒนาที่อาจเกี่ยวข้องหรือมีผลกระทบกับคนบางกลุ่ม อาทิเช่น ด้านสิ่งแวดล้อม ที่เป็นเป้าหมายที่ชุมชนต้องการพัฒนาสำคัญที่สุด แต่การพัฒนาจะเกี่ยวข้องและมีผลกระทบกับกลุ่มอาชีพบางกลุ่ม เช่น อาชีพเผาถ่าน อาชีพทำเฟอร์นิเจอร์ เป็นต้น ผู้วิจัยต้องระมัดระวังในการหาแนวทางการพัฒนา ซึ่งอาจเกิดผลกระทบขึ้นได้ ดังนั้นจะต้องมีการชี้แจงให้เห็นความสำคัญของการทำเพื่อประโยชน์ส่วนรวมเห็นคุณค่าของทรัพยากรและสิ่งแวดล้อม สร้างจิตสำนึกความพอเพียง สร้างความตระหนักต่อการอนุรักษ์ต่อสิ่งแวดล้อมไม่เบียดเบียนทำลายสิ่งแวดล้อม สร้างความเข้าใจร่วมกันต่อการใช้ชีวิตอย่างพอเพียงไม่เบียดเบียนเพื่อนมนุษย์และสิ่งแวดล้อมแบ่งปันผลประโยชน์อย่างทั่วหน้า จากการที่พัฒนาโดยใช้กระบวนการวิจัยปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมทำให้เกิดชุมชนนักวิจัยเพราะตลอดการดำเนินการชุมชนเข้ามามีส่วนร่วมการรวมตัวกันเป็นชุมชนที่เข้มแข็ง ทำให้สามารถแก้ปัญหาต่างๆ ได้ เช่น ปัญหาสังคม ปัญหาความยากจน หรือปัญหาสิ่งแวดล้อม เพราะมีการเรียนรู้ร่วมกันในการปฏิบัติ

และสามารถนำความรู้ไปแก้ไขปัญหาที่อาจเกิดขึ้นหรือปรับตัวได้อย่างต่อเนื่อง และการน้อมนำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตเป็นการพัฒนามนุษย์อยู่บนพื้นฐานทางสายกลาง โดยคำนึงถึงความพอเพียง นอกจากเกิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตเป็นไปตามที่คาดหวังแล้วชุมชนยังเกิดพฤติกรรมความพอเพียงมีเหตุมีผล รู้จักวิเคราะห์ในการแก้ปัญหา มีความรัก ความสามัคคีเห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าประโยชน์ส่วนตน และเด็ก ๆ เยาวชนในชุมชนซึมซับสิ่งเหล่านี้เข้าไปด้วย

องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย ในการดำเนินการพัฒนาที่ให้ผลเป็นไปอย่างยั่งยืนถ้าผู้นำผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องมามีส่วนร่วมในการดำเนินการพัฒนาทุกขั้นตอนของการวิจัยตั้งแต่การวิเคราะห์ปัญหาที่เกิดขึ้นต่อคุณภาพชีวิตในชุมชน ความคาดหวังต่อการพัฒนา ร่วมหาแนวทางการพัฒนา ร่วมทำแผนการพัฒนาชุมชน ร่วมสะท้อนผลการพัฒนา ให้เห็นความสำคัญของการพัฒนาเพื่อส่วนรวมจะทำให้การพัฒนาดำเนินไปอย่างราบรื่นและยั่งยืน ดังนั้นการพัฒนาชุมชนควรใช้กระบวนการแบบมีส่วนร่วมจะทำให้การพัฒนาเป็นไปอย่างยั่งยืน อีกทั้งกระบวนการแบบมีส่วนร่วมมีผลต่อการกระตุ้นให้เกิดความพยายามเพื่อแก้ปัญหาาร่วมกัน เพราะทุกคนเป็นส่วนหนึ่งของความสำเร็จชุมชน และยังเกิดให้ชุมชนร่วมพลังกันในการประกอบกิจกรรมต่างๆ ก่อให้เกิดชุมชนเข้มแข็งต้านภัยต่างๆ ที่อาจเกิดขึ้นในชุมชน

5.3 ข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาผลจากข้อค้นพบของการวิจัยและประเด็นที่ควรศึกษาเพิ่มเติมนอกเหนือจากงานวิจัยที่ทำการศึกษานำมาเขียนข้อเสนอแนะ ดังนี้

5.3.1 ข้อเสนอแนะจากการนำผลการวิจัยไปใช้

5.3.1.1 จากการค้นพบการที่จะให้ชุมชนมีคุณภาพชีวิตที่ดีสิ่งที่สำคัญอันดับแรกคือควรให้ชุมชนเห็นความสำคัญของการนำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำรงชีวิต อาจดำเนินการโดยการสร้างความตระหนักรู้ อาจเป็นการเปิดเสียงตามสายของวิทยุชุมชน หรือเมื่อมีการประชุมกับชุมชนทำแผนชุมชน หรือการทำบุญที่วัดให้ผู้นำชุมชนกล่าวถึงความสำคัญของปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง กล่าวถึงการรักษาสีงแวดล้อม การออกกำลังกาย ส่วนทางโรงเรียนควรปลูกฝังเรื่องนี้ให้กับนักเรียน

5.3.1.2 ควรให้ชุมชนขยายผลสร้างเครือข่ายโดยการนำโครงการที่ได้ไปเผยแพร่หรือจัดกิจกรรมบางอย่างที่สามารถร่วมกันได้ เช่น การจัดกิจกรรมชุมชนสัมพันธ์ แข่งขันกีฬา หรือจัดกิจกรรมผู้พิการอย่างต่อเนื่อง

5.3.1.3 ควรหาช่องทางการขายผลิตภัณฑ์ที่ชุมชนสร้าง เช่น เครื่องจักสาน กระจาด
ของแปรรูปจากเศษไม้ หรือเศษวัสดุ หรือเห็ด หรือพืชผักที่ปลูกและเหลือ

5.3.1.4 ผู้นำชุมชนควรจัดกิจกรรมประกวดชุมชนพอเพียง

5.3.2 ข้อเสนอแนะการวิจัยครั้งต่อไป

5.3.2.1 ควรทำวิจัยเพื่อปลูกฝังความรู้และพฤติกรรมให้กับนักเรียนเกี่ยวกับการนำ
หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้

5.3.2.2 ควรทำวิจัยติดตามเพื่อศึกษาความคงทนของชุมชนเกี่ยวกับการนำปรัชญา
เศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำรงชีวิต