

แนวทางในการจัดกิจกรรมพัฒนาทักษะการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อพึ่งตนเอง ช่วงวิกฤตโรคระบาดโควิด-19 ของชุมชนมาบแก ตำบลมาบแก อำเภอลาดยาว จังหวัดนครสวรรค์

ธนสิทธิ์ วัฒนทา¹

(วันที่รับบทความ: 1 กรกฎาคม 2565; วันที่แก้ไขบทความ: 26 ธันวาคม 2565; วันที่ตอบรับบทความ: 9 มกราคม 2566)

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาวิถีชีวิตตามแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง 2) กำหนดแนวทางในการจัดกิจกรรมพัฒนาทักษะการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อพึ่งตนเอง ช่วงวิกฤตโรคระบาดโควิด 19 ของชุมชนมาบแก ตำบลมาบแก อำเภอลาดยาว จังหวัดนครสวรรค์ ประชากรที่ใช้ในการวิจัยคือ ชุมชนตำบลมาบแก อำเภอลาดยาว จังหวัดนครสวรรค์ จำนวน 35 คน โดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ แบบสอบถาม แบบสัมภาษณ์เชิงลึก และวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณโดยโปรแกรมสำเร็จรูปเพื่อคำนวณหาค่าสถิติต่าง ๆ เช่น ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพโดยวิเคราะห์เนื้อหาบรรยายเชิงพรรณนา

ผลการวิจัย พบว่า

1. วิถีชีวิตตามแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของชุมชนมาบแก ตำบลมาบแก อำเภอลาดยาว จังหวัดนครสวรรค์ ส่วนมากเป็นเกษตรกร คิดเป็นร้อยละ 71.43 ปลูกพืชผักสวนครัวเพื่อบริโภคในครัวเรือน คิดเป็นร้อยละ 62.86 การลดรายจ่ายที่ไม่จำเป็น คิดเป็นร้อยละ 57.14 การเพิ่มรายได้ของครัวเรือน คิดเป็นร้อยละ 51.43 การจัดทำแผนชีวิตตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง คิดเป็นร้อยละ 31.43

2. การจัดกิจกรรมพัฒนาทักษะการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อพึ่งตนเอง ช่วงวิกฤตโรคระบาดโควิด 19 ของชุมชนมาบแก ตำบลมาบแก อำเภอลาดยาว จังหวัดนครสวรรค์ เป็นแนวทางเสริมสร้างทักษะการพึ่งตนเองให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี ด้วยการทำไร่นาสวนผสมผสาน ทำให้ลดรายจ่าย เพิ่มรายได้ สามารถเลี้ยงครอบครัวได้อย่างพอเพียง เหลือแบ่งปันเพื่อนบ้าน และชาย มีคุณธรรม มีความซื่อสัตย์ มีความอดทน ใช้ชีวิตที่เรียบง่ายอย่างยั่งยืน

คำสำคัญ: กิจกรรมพัฒนาทักษะการดำเนินชีวิต, หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง, วิกฤตโรคระบาดโควิด-19

* บทความวิจัย สาขาวิชาปรัชญาและศาสนา คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์, 2565

¹ ผู้ช่วยศาสตราจารย์, สาขาวิชาปรัชญาและศาสนา คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์, E-mail: thana200071@gmail.com

Development of self-reliance skills according to the Sufficiency Economy

Philosophy*

Thanasit Conta¹

(Received: July 1, 2022; Revised: December 26, 2022; Accepted: January 9, 2023)

Abstract

The purposes of this research were 1) to study the way of life to the concept of Sufficiency Economy Philosophy and 2) to determine the guidelines for organizing development life skills activity to the Sufficiency Economy Philosophy for self-reliance during the crisis of the COVID-19 of the Map Kae Community, Map Kae Sub-district, Lat Yao District, Nakhon Sawan Province The population used in this study was Map Kae Community, Map Kae Sub-district, Lat Yao District, Nakhon Sawan Province, consisting of 35 people by purposive sampling. The instruments were a questionnaire and in-depth interview, and the quantitative data was analyzed by a packaged program to calculate statistical values such as frequency, percentage, mean and standard deviation. The qualitative data was analyzed by analyzing descriptive content.

The results of this research were as follows:

1. The way of life to the concept of Sufficiency Economy Philosophy of Map Kae community, Map Kae Sub-district, Lat Yao District, Nakhon Sawan Province which most of them about farmers were 71.43 percent, planting vegetables for household consumption was 62.86 percent, reducing unnecessary expenses was 57.14 percent, increasing household income was 51.43 percent and making a life plan to Sufficiency Economy Philosophy was 31.43 percent.

2. The gorganizing development life skills activity to the Sufficiency Economy Philosophy for self-reliance during the crisis of the COVID-19 of the Map Kae Community, Map Kae Sub-district, Lat Yao District, Nakhon Sawan Province, it was the determining the guidelines for the strengthening self-reliant skills, a good quality of life, by a mixed farming, raising a sufficient family and sharing with neighbors and sell, virtue, diligence, patience, living a simple and modest life.

Keywords: Activities to develop life skills, Sufficiency Economy Philosophy, COVID-19 epidemic crisis

* Research Article from Program in Philosophy and Religion, Faculty of Humanities and Social Sciences, Nakhon Sawan Rajabhat University, 2022

¹ Assistant professor, Program in Philosophy and Religion, Faculty of Humanities and Social Sciences, Nakhon Sawan Rajabhat University,

E-mail: thana200071@gmail.com

ความสำคัญและปัญหาการวิจัย

เนื่องด้วยประเทศไทยมีแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 12 (พ.ศ. 2564) ในยุทธศาสตร์ที่ 2 การสร้างความเป็นธรรมและลดความเหลื่อมล้ำในสังคม เป้าหมายที่ 3 เพิ่มศักยภาพชุมชนและเศรษฐกิจฐานรากให้มีความเข้มแข็ง เพื่อให้ชุมชนพึ่งพาตนเองและได้รับส่วนแบ่งผลประโยชน์ทางเศรษฐกิจมากขึ้น (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2560, 75-78)

ในช่วงวิกฤตโรคระบาด โควิด 19 ประเทศไทยและประเทศต่าง ๆ ทั่วโลก ทำให้เกิดภาวะถดถอยทางเศรษฐกิจเป็นอย่างมาก ซึ่งในวันที่ 28 พฤษภาคม 2563 สภาพัฒนา เผยถึงภาวะสังคมไทยประจำปี 1 ของปี 2563 ว่า จำนวนผู้ว่างงานเพิ่มขึ้นจากช่วงเดียวกันปีที่แล้วร้อยละ 1.03 เนื่องจากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโควิด 19 ซึ่งส่งผลกระทบต่อแรงงานโดยประเมินว่าในไตรมาส 2 ของปี อาจเห็นผลชัดเจนและจะส่งผลกระทบต่อแรงงานเสี่ยงต่อการถูกเลิกจ้างทั้งสิ้น 8.4 ล้านคน ทั้งกลุ่มท่องเที่ยว อุตสาหกรรม และบริการ รวมถึงเด็กจบใหม่ 5.2 แสนคน ปีนี้จะหางานได้ยากมากขึ้น ความจำเป็นที่จะทำการวิจัยและพัฒนาให้คนไทย “พึ่งตนเองได้” (สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2563: ออนไลน์)

ดังพระราชดำริพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ ร. 9 ได้ตรัสไว้ว่า “การพึ่งตนเอง นั้น หมายความว่า ผลิตอะไรมีพอที่จะใช้ ไม่ต้องไปขอซื้อคนอื่น อยู่ได้ด้วยตนเอง (พึ่งตนเอง) บางคนแปลจากภาษาฝรั่งว่า ให้ยืนบนขาตัวเอง คำว่ายืนบนขาตัวเองนี้ มีคนบางคน พูดว่าชอบกลใครจะมายืนบนขา คนอื่นมายืนบนขาเรา เราก็โกรธแต่ตัวเองยืนบนขาตัวเองก็ต้องเสียหลักหกล้มหรือล้มลง อันนี้ก็เป็นความคิดที่อาจจะเพื่องไปหน่อย แต่ว่าเป็นตามที่เขาเรียกว่ายืนบนขาของตัวเอง (ซึ่งแปลว่าพึ่งตนเอง) หมายความว่า สองขาของเรา ยืนบนพื้นให้อยู่ได้ไม่หกล้ม ไม่ต้องไปขอความช่วยเหลือของคนอื่นมาใช้สำหรับยืน ซึ่งหลักการพึ่งตนเองต้องมีความพอดี 5 คือ 1) ความพอดีด้านจิตใจ ต้องเข้มแข็ง พึ่งตนเองได้ มีจิตสำนึกที่ดี เอื้ออาทร และนึกถึงประโยชน์ส่วนรวม 2) ความพอดีด้านสังคมต้องช่วยเหลือเกื้อกูลกัน สร้างความเข้มแข็งให้ชุมชน รู้จักฝึกกำลังและมีกระบวนการเรียนรู้ที่เกิดจากรากฐานที่มั่นคงและแข็งแรง 3) ความพอดีด้านทรัพยากรธรรมชาติ และสิ่งแวดล้อม รู้จักใช้และจัดการอย่างฉลาดรอบคอบ เพื่อให้เกิดความยั่งยืนสูงสุด และใช้ทรัพยากรในประเทศเพื่อพัฒนาประเทศให้มั่นคงอยู่เป็นขึ้นเป็นตอนไป 4) ความพอดีด้านเทคโนโลยีรู้จักใช้เทคโนโลยีที่เหมาะสม และสอดคล้องกับความต้องการ และควรพัฒนาเทคโนโลยีจากภูมิปัญญาชาวบ้านของเราเอง เพื่อสอดคล้องและเป็นประโยชน์ต่อสภาพแวดล้อมของเราเอง 5) ความพอดีด้านเศรษฐกิจ เพื่อรายได้ ลดรายจ่าย ดำรงชีวิตอย่างพอเพียง” (มูลนิธิชัยพัฒนา, 2565, ออนไลน์)

ดังนั้น ในสถานการณ์โรคระบาดโควิด-19 ที่มีผลกระทบทุกภาคส่วน โดยเฉพาะปัญหาเศรษฐกิจในครัวเรือน ชุมชน ซึ่งชุมชนมาแบก ตำบลมาแบก อำเภอလာดียว จังหวัดนครสวรรค์ ก็มีผลกระทบจากโรคระบาดโควิด-19 เช่นเดียวกัน จึงจำเป็นที่จะต้องศึกษาวิถีชีวิต และกำหนดแนวทางในการจัดกิจกรรม

พัฒนาทักษะการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อพึ่งตนเอง ในช่วงวิกฤตโรคระบาดโควิด-19 อันจะเป็นการแก้ปัญหาให้กับชุมชนได้เป็นอย่างดี

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. ศึกษาวิถีชีวิตตามแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของชุมชนมาบแก ตำบลมาบแก อำเภอลาดยาว จังหวัดนครสวรรค์
2. กำหนดแนวทางในการจัดกิจกรรมพัฒนาทักษะการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อพึ่งตนเอง ช่วงวิกฤตโรคระบาดโควิด 19 ของชุมชนมาบแก ตำบลมาบแก อำเภอลาดยาว จังหวัดนครสวรรค์

แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

แนวคิดการพัฒนาเพื่อพึ่งตนเอง

องค์การสหประชาชาติ (UN. 1955, 6); อ้างถึงในยุทธนา กาเดิม (2563, 259) ให้ความหมายว่า การพัฒนาชุมชน เป็นกระบวนการรวมกำลังระหว่างประชาชนในชุมชนกับเจ้าหน้าที่ของรัฐบาล เพื่อปรับปรุงสภาพทางเศรษฐกิจ สังคม และวัฒนธรรมของชุมชนนั้น ๆ ให้เจริญยิ่งขึ้นและผสมผสานเข้าเป็นชีวิตของชาติ ทำให้ประชาชนสามารถอุทิศตนเพื่อความก้าวหน้าของประเทศชาติได้อย่างเต็มที่ สอดคล้องกับกรมการพัฒนาชุมชน (2527, 1) ซึ่งได้ให้ความหมายว่า การพัฒนาชุมชน คือการพัฒนาความรู้ความสามารถของประชาชน เพื่อให้เกิดความเชื่อมั่นในการช่วยตนเอง เพื่อนบ้านและชุมชนให้มีมาตรฐานความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น โดยการร่วมมือระหว่างประชาชนกับรัฐบาล เป็นวิธีการที่นำเอาบริการของรัฐบาลผนวกเข้ากับความต้องการของประชาชน เพื่อยกระดับคุณภาพชีวิตของประชาชนให้ดีขึ้น

ประเทศไทยเป็นประเทศที่โชคดีมีพระมหากษัตริย์ที่ทรงปรีชาและทรงมีพระมหากรุณาธิคุณได้ทรงประทานแนวพระราชดำริเกี่ยวกับการส่งเสริมชุมชนหรือการพัฒนาชนบทที่สำคัญๆ คือ การที่ทรงมุ่งช่วยเหลือพัฒนาให้เกิดการพึ่งตนเองได้ของคนในชนบท พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงดำเนินการแนะนำสาธิตให้ประชาชนดำเนินรอยตามเบื้องพระยุคลบาทเป็นไปตามหลักการพัฒนาสังคมชุมชนอย่างแท้จริง กล่าวคือ ทรงมุ่งช่วยเหลือพัฒนาให้เกิดการพึ่งตนเองได้ของคนในชนบทเป็นหลักดังนั้น การที่ราษฎรในชนบทสามารถพึ่งตนเองได้มากยิ่งขึ้นนั้น สืบเนื่องจากแนวพระราชดำริด้านการพัฒนาที่ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าโปรดกระหม่อมพระราชทานแก่เกษตรกรหลายประการ เช่น ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง เกษตรทฤษฎีใหม่ เป็นต้น (สารานุกรมในพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศรมหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร, 2565, ออนไลน์)

ดังนั้น แนวทางการพัฒนาเพื่อการตนเอง เป็นการทำให้ชีวิต ชุมชน มีความเจริญก้าวหน้าทั้งด้านสภาพทางเศรษฐกิจ สังคม และวัฒนธรรมของชุมชน ซึ่งอาศัยความร่วมมือของชุมชน สถาบันพระมหากษัตริย์เป็นสถาบันที่มีพระกรุณาธิคุณในการพัฒนาชุมชน สังคมให้อยู่ดีกินดีถ้วนหน้า

แนวคิดเกี่ยวกับการพึ่งตนเอง

สำนักงานคณะกรรมการพิเศษเพื่อประสานงาน โครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (2549, ม.ป.น.) กล่าวว่า การพึ่งตนเอง หมายถึง ความสามารถในการดำรงอยู่ได้อย่างอิสระ มั่นคงสมบูรณ์ซึ่งการพึ่งตนเองได้นั้น มีทั้งในระดับบุคคลและชุมชน ที่มี ความพอมีพอกิน โดยแบ่งเป็นการพึ่งตนเอง 5 ด้าน คือ 1) ด้านจิตใจ ทำตนให้เป็นพึ่งของตนเองมีจิตสำนึกที่ดีสร้างสรรค์ให้ตนเองและชาติโดยรวม 2) ด้านสังคม แต่ละชุมชนต้องช่วยเหลือเกื้อกูลกัน เชื่อมโยงกันเป็นการสร้าง เครือข่ายชุมชน 3) ด้านทรัพยากรธรรมชาติให้ใช้และจัดการอย่างฉลาด พร้อมทั้งหามาได้เพิ่ม 4) ด้านเทคโนโลยี (ภูมิปัญญาชาวบ้าน) จากสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป เทคโนโลยีเข้ามาใหม่ซึ่งมีทั้งดีและไม่ดีแยกแยะยาก แต่ก็ต้องมีพอสมควรเพื่อการดำรงชีวิตในพื้นที่ การพัฒนาจะต้องสอดคล้องกับภูมิสังคม 5) ด้านเศรษฐกิจ ส่วนใหญ่นักพัฒนามักมุ่งที่การเพิ่มรายได้แต่ไม่มีการมุ่งที่การลดรายจ่าย กล่าวคือ ต้องปรับทิศทางในเบื้องต้นมุ่งลดรายจ่ายก่อน จะเห็นได้ว่าการพึ่งตนเองเป็นการปฏิบัติตนของบุคคลที่ดำรงชีวิตอยู่ได้โดยไม่เดือดร้อน ทำตนให้เป็นพึ่งของตนเอง และช่วยเหลือตนเองให้ได้มากที่สุด โดยไม่เป็นภาระคนอื่นมากเกินไป มีความมั่นคงสมบูรณ์ในชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง (สัญญา สัญญาวิวัฒน์, 2550, 25)

สรุป แนวคิดการพึ่งตนเอง ในช่วงวิกฤตโรคระบาดโควิด-19 สามารถพึ่งตนเองและเป็นที่พึ่งให้กับผู้อื่นได้ ให้มีทักษะการเอาตัวรอดจากสถานการณ์ต่าง ๆ ได้โดยถูกต้อง การดูแล ระมัดระวังป้องกันตนเองไม่ไปในพื้นที่เสี่ยงต่อการติดโรค หรือเกิดอันตรายต่อตนเอง ฝึกปฏิบัติจิตใจให้ตั้งอยู่ในความไม่ประมาท มีสติในการคิด การพูด และการกระทำ ซึ่งก่อให้เกิดปัญญาพิจารณาไตร่ตรองทุกครั้งที่จะทำอะไรว่าควรทำหรือไม่ควรทำ อันเป็นพื้นฐานหนึ่งของแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

แนวคิด ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

ในศตวรรษที่ 21 มีวิกฤตเกิดขึ้นมากมายไม่ว่าจะเป็นภัยจากธรรมชาติ โรคระบาด น้ำท่วม ภัยแล้ง ตลอดจนภัยจากมนุษย์ เช่น สงคราม ภาวะเศรษฐกิจถดถอย การดำเนินชีวิตยากลำบาก แต่หลักการหนึ่งที่เราสามารถดำเนินชีวิตอยู่ได้อย่างสุขสบาย คือ หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งมีความหมายที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวได้ พระราชทานคำจำกัดความของคำว่าเศรษฐกิจพอเพียงไว้อย่างครอบคลุมและลึกซึ้งมาก ทรงตรัสว่าเราควรจะมีพอกมี พอกิน พอกินนี้ ก็แปลว่า “เศรษฐกิจพอเพียง นั้นเอง” ถ้าแต่ละคนมีพอกมี พอกิน ก็ใช้ได้ ยิ่งถ้าประเทศ มีพอกมี พอกินก็ยิ่งดี พอเพียงก็หมายความว่า มีกินมีอยู่ ไม่

ปีที่ 18 ฉบับที่ 2 พฤษภาคม – สิงหาคม 2566

ดำเนินชีวิตของเราไปอีกนาน แม้ว่าสถานการณ์แพร่ระบาดของโควิด-19 ในประเทศไทยจะควบคุมได้ดี หากเรายังปฏิบัติตามมาตรการการป้องกันเหมือนเดิม ก็จะช่วยยับยั้งการระบาดได้ (สรุตนันท ขอบประดิษฐ์, 2563, บทคัดย่อ)

ดังนั้น แนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง มีความสำคัญมากในการพัฒนาชุมชนเพื่อการพึ่งตนเอง ในช่วงวิกฤตโรคระบาดโควิด 19 หลักการให้ชุมชนพึ่งตนเองได้ ที่เรียกว่า พออยู่ พอกิน และพอเพียง มีหลักการที่สำคัญ ประกอบด้วย 3 ห่วง 2 เงื่อนไข ได้แก่ ความพอประมาณ ความมีเหตุผล การมีภูมิคุ้มกัน และอยู่ภายใต้เงื่อนไขความรู้ และคุณธรรม ในพระพุทธศาสนามีหลักมัชฌิมาปฏิปทา เป็นหลักการดำเนินชีวิตให้เกิดความพอดี หรือเรียกว่า ทางสายกลาง หลักธรรมนี้เป็นคำสอนให้บุคคลพึ่งตนเอง ซึ่งแนวทางของระบบเศรษฐกิจพอเพียงก็ได้มุ่งเน้นให้พึ่งตนเอง มุ่งเน้นให้การพัฒนาประเทศชาติให้พึ่งตนเองในลักษณะ “เศรษฐกิจพอเพียง” นั่นคือการพัฒนาที่ไม่อิงเศรษฐกิจโลกจนเกินไป (ภาณุพงศ์ พระทิพย์วงศ์, 2564, ออนไลน์)

ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยเรื่อง การพัฒนาทักษะการพึ่งตนเองตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง เป็นงานวิจัยแบบผสมผสาน (Mixed Method) เชิงปริมาณและเชิงคุณภาพซึ่งเป็นแผนแบบคู่ขนาน (The Convergent Design) โดยศึกษาวิเคราะห์ สังเคราะห์ ข้อมูลพื้นฐานเรื่องการพึ่งตนเองตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

ประชากร/กลุ่มตัวอย่าง ประชากรเชิงปริมาณคือ ชุมชนตำบลมาบแก อำเภอลาดยาว จังหวัดนครสวรรค์ ซึ่งเป็นชาวบ้านชุมชนตำบลมาบแกที่มีผลกระทบจากวิกฤตโรคระบาดโควิด 19 และพร้อมใจเข้าร่วมโครงการ จำนวน 35 คน โดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive sampling) ส่วนประชากรเชิงพรรณนา ผู้ที่ร่วมกิจกรรมพัฒนาทักษะการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อพึ่งตนเอง โดยการเลือกแบบเจาะจง จำนวน 5 คน จากจำนวน 35 คน

ตัวแปรที่ศึกษา คือ ตัวแปรต้น ได้แก่ แนวทางในการจัดกิจกรรมพัฒนาทักษะการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อพึ่งตนเอง ช่วงวิกฤตโรคระบาดโควิด 19 สำหรับชุมชนมาบแก ตำบลมาบแก อำเภอลาดยาว จังหวัดนครสวรรค์ จำนวน 35 คน ตัวแปรตาม ได้แก่ ประสิทธิภาพของการจัดกิจกรรมพัฒนาทักษะการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อพึ่งตนเอง ช่วงวิกฤตโรคระบาดโควิด 19 สำหรับชุมชนมาบแก ตำบลมาบแก อำเภอลาดยาว จังหวัดนครสวรรค์ จำนวน 35 คน

เครื่องมือที่ใช้วิจัย การสร้างและหาคุณภาพเครื่องมือในการวิจัย สามารถแยกเป็นขั้นตอนได้ดังนี้

1. การสร้างและหาคุณภาพแบบสอบถาม มีขั้นตอนดังนี้

1.1 สร้างแบบสอบถามเก็บข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับการดำรงชีวิตของชุมชนมาบแก อำเภอลาดยาว จังหวัดนครสวรรค์ ประกอบด้วย 4 ตอน คือ ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ในเรื่อง เพศ อาชีพ วุฒิการศึกษา และอายุ ตอนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับการพึ่งตนเองตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจ

พอเพียง ในเรื่องการลดรายจ่ายของครัวเรือน การเพิ่มรายได้ของครัวเรือน และ เสริมสร้างความรู้และการเรียนรู้ของครัวเรือน ตอนที่ 3 การพัฒนาทักษะการพึ่งตนเองตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง มี 20 ข้อ ระดับของการวัด โดยใช้มาตราวัดแบบอันดับ (Ordinal or Ranking Scale) 5 ระดับ คือ 5=มากที่สุด 4=มาก 3=ปานกลาง 2=น้อย 1=น้อยที่สุด ตอนที่ 4 ความคิดเห็นเกี่ยวกับการพัฒนาทักษะพึ่งตนเองตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง เป็นแบบปลายเปิด โดยพิจารณาครอบคลุมเนื้อหาตามวัตถุประสงค์การวิจัย

1.2 การหาความตรงของแบบสอบถามโดยการพิจารณาความเห็นของผู้เชี่ยวชาญจากการหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ในทุกข้อคำถามนั้น เมื่อวิเคราะห์แล้วจะมี ค่าระหว่าง 0 ถึง 1 ข้อคำถามที่มีค่า IOC ตั้งแต่ 0.50-1.00 จะคัดเลือกเอาไว้ ส่วนข้อคำถามที่มีค่า IOC ต่ำกว่า 0.50 จะพิจารณาปรับปรุงแก้ไขหรือ อาจตัดทิ้ง (ค่า IOC) (Povinelli & Hambleton, 1976, 56; อ้างถึงในจักรพันธ์ ศรีคุ้ม, 2562, 8) โดยมีเกณฑ์ในการพิจารณาให้คะแนนดังนี้

ระดับคะแนน

- + 1 เมื่อเห็นว่าตรงกับขอบข่ายเนื้อหาตามที่ระบุไว้
- 0 เมื่อไม่แน่ใจว่าตรงกับขอบข่ายเนื้อหาตามที่ระบุไว้
- 1 เมื่อแน่ใจว่าไม่ตรงกับขอบข่ายเนื้อหาตามที่ระบุไว้

ให้ผู้ทรงคุณวุฒิที่เป็นนักวิชาการ จำนวน 3 ท่าน ประเมินความตรงของแบบสอบถาม เมื่อได้รับทราบข้อเสนอจากผู้ทรงคุณวุฒิแล้ว ผู้วิจัยได้ทำการปรับปรุงตามที่ผู้ทรงคุณวุฒิเสนอแนะ และจัดทำเป็นแบบสอบถาม ฉบับสมบูรณ์

1.3 การหาความเชื่อมั่นแบบสอบถาม วิเคราะห์ดัชนีความตรงตามเนื้อหาของแบบสอบถาม โดยเลือกข้อที่มีค่า IOC ตั้งแต่ 0.50 ขึ้นไป หาค่าอำนาจจำแนกรายข้อของแบบสอบถามโดยใช้ Item-total correlation และหาความเชื่อมั่นตามสูตรค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α –Cronbach Coefficient) โดยแบบสอบถามจะต้องมีค่าความเชื่อมั่น .80 ขึ้นไปจึงจะสามารถนำไปใช้วัดความตระหนักได้น่าจะแน่นอน เลือการประเมินระดับความตระหนักต่อการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อมโดยให้ค่าน้ำหนักเป็นคะแนนดังนี้ (บุญชม ศรีสะอาด และ บุญส่ง นิลแก้ว, 2535, 22-24, อ้างถึงในนฤมล เนตรวิเชียร, 2560, 36)

- 4.51-5.0 หมายความว่า มีความตระหนักมากที่สุด
- 3.51-4.50 หมายความว่า มีความตระหนักมาก
- 2.51-3.50 หมายความว่า มีความตระหนักปานกลาง
- 1.51-2.50 หมายความว่า มีความตระหนักน้อย
- 1.00-1.50 หมายความว่า มีความตระหนักน้อยที่สุด

2. การสร้างและหาคุณภาพแบบสัมภาษณ์เชิงลึก ดังนี้

2.1 การสร้างแบบสัมภาษณ์เชิงลึก มีประเด็นคำถามหลักในการสัมภาษณ์ ได้แก่ 1) สภาพการพึ่งตนเองของชุมชน ตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงเป็นอย่างไร มี 6 ด้าน 2) แนวทางในการนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง เพื่อการเสริมสร้างทักษะการพึ่งตนเอง ให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีเป็นอย่างไร และ 3) ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการพึ่งตนเองตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ควรเป็นอย่างไร

2.2 การหาความตรงของแบบประเมินความพึงพอใจโดยการพิจารณาความเห็นของผู้เชี่ยวชาญจากการหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ในทุกหัวข้อนั้น เมื่อวิเคราะห์แล้วจะมี ค่าระหว่าง 0 ถึง 1 ข้อคำถามที่มีค่า IOC ตั้งแต่ 0.50-1.00 จะคัดเลือกเอาไว้ ส่วนข้อคำถามที่มีค่า IOC ต่ำกว่า 0.50 จะพิจารณาปรับปรุงแก้ไขหรือ อาจตัดทิ้ง (ค่า IOC) (Povinelli & Hambleton, 1976, 56; อ้างถึงในจักรพันธ์ ศรีคุ้ม, 2562, 8) โดยมีเกณฑ์ในการพิจารณาให้คะแนนดังนี้

ระดับคะแนน

- + 1 เมื่อเห็นว่าตรงกับขอบข่ายเนื้อหาตามที่ระบุไว้
- 0 เมื่อไม่แน่ใจว่าตรงกับขอบข่ายเนื้อหาตามที่ระบุไว้
- 1 เมื่อแน่ใจว่าไม่ตรงกับขอบข่ายเนื้อหาตามที่ระบุไว้

การเก็บรวบรวมข้อมูล การศึกษาวิจัยในครั้งนี้ ผู้ศึกษาวิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลโดยเก็บรวบรวมข้อมูล 1) ทูติยภูมิ (Secondary Data) จากเอกสาร งานวิจัย และเว็บองค์การบริหารตำบลมาบแก อำเภอลาดยาว จังหวัดนครสวรรค์ ที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัยนี้ 3) ปฐมภูมิ (Primary Data) จากชุมชนตำบลมาบแก อำเภอลาดยาว จังหวัดนครสวรรค์ กลุ่มตัวอย่างจำนวน 35 คน การเก็บข้อมูลเชิงปริมาณ โดยให้ตอบแบบสอบถาม วิถีชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง จำนวน 38 ข้อ กลุ่มตัวอย่างจำนวน 35 คน และการเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพโดยการสัมภาษณ์เชิงลึก กำหนดแนวทางในการจัดกิจกรรมพัฒนาทักษะการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อพึ่งตนเอง ช่วงวิกฤตโรคระบาดโควิด 19 ของชุมชนมาบแก ตำบลมาบแก อำเภอลาดยาว จังหวัดนครสวรรค์ จำนวน 8 ข้อ กลุ่มตัวอย่างจำนวน 5 คน

การวิเคราะห์ข้อมูล หลังจากสิ้นสุดกระบวนการเก็บข้อมูลทุติยภูมิ และข้อมูลปฐมภูมิแล้ว ผู้วิจัยนำมาจัดกระทำข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

1) การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ วิเคราะห์ตามสถานภาพของผู้ให้ข้อมูลโดยการหาค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และ ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์ทางสถิติ

2) การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพด้วยการพรรณนา (Descriptive Analysis) เพื่ออธิบายและแสดงให้เห็นถึงความเชื่อมโยงระหว่างแนวคิดและปรากฏการณ์ตามวัตถุประสงค์วิจัย พร้อมกันนั้นยังนำข้อมูลที่ได้อ่านจำแนกและตีความหมาย แยกแยะ ความสัมพันธ์ที่เกี่ยวข้องกับโจทย์วิจัย การนำข้อมูลทั้งหมดมาตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์ ซึ่งในการตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูล ผู้ศึกษาวิจัยใช้วิธีตรวจสอบความน่าเชื่อถือของข้อมูลโดยใช้วิธีการวิเคราะห์แบบสามเส้า (Triangulation) ของ Denizen (1970)

(อ้างถึงใน สุภางค์ จันทวานิช, 2554, 129-130) โดยการนำข้อมูลไปให้ผู้ให้ข้อมูลอ่าน หรือกลับไปสอบถามผู้ให้ข้อมูลซ้ำอีก เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ตรงกับความเป็นจริง

สรุปผลการวิจัย

สรุปผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ที่ 1 ศึกษาวิถีชีวิตตามแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของชุมชนมาบแก ตำบลมาบแก อำเภอลาดยาว จังหวัดนครสวรรค์ พบว่า สภาพทั่วไปของชุมชนตำบลมาบแก อำเภอลาดยาว จังหวัดนครสวรรค์ มีพื้นที่ทั้งหมด 33 ตารางกิโลเมตร หรือมีพื้นที่ 20,625 ไร่ ลักษณะภูมิประเทศ เป็นที่ราบลุ่มสลับกับที่ราบสูงเล็กน้อย โดยเฉพาะทางทิศตะวันตก จะมีลักษณะเป็นภูเขาและที่ราบสูงลักษณะของ สภาพพื้นดินโดยทั่วไป เป็นดินร่วนปนทรายสลับกับดินเหนียว ประชากรทั้งสิ้น 2,520 คน จำนวนครัวเรือน 599 ครัวเรือน มีความหนาแน่นเฉลี่ย 76.36 คน/ตารางกิโลเมตร อาชีพหลัก ร้อยละ 90 ประกอบอาชีพเกษตรกรรม โดยเฉพาะการทำนา และทำไร่เป็นหลัก ร้อยละ 10 อาชีพรับจ้าง และค้าขาย อาชีพเสริมได้แก่ กลุ่มอาชีพทอผ้า กลุ่มอาชีพทำดอกไม้จันทน์ และผลจากการตอบแบบสอบถาม ดังตารางที่ 1 ดังนี้

ตารางที่ 1 สรุปการศึกษาวิถีชีวิตตามแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของชุมชนมาบแก ตำบลมาบแก อำเภอลาดยาว จังหวัดนครสวรรค์

รายการ	จำนวน	ร้อยละ
1. วิถีชีวิตตามแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง		
1.1 อาชีพส่วนมากเป็นเกษตรกร	25	71.43
1.2 การพึ่งตนเองตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ส่วนมากมีการปลูกพืชผักสวนครัวเพื่อบริโภคในครัวเรือน	22	62.86
2. การลดรายจ่ายของครัวเรือน		
2.1 ส่วนมากลดรายจ่ายสิ่งฟุ่มเฟือย/ไม่จำเป็น เช่น เที่ยวกลาง ซื้อสินค้าฟุ่มเฟือย	20	57.14
3. การเพิ่มรายได้ของครัวเรือน		
3.1 มีการฝึกอบรมอาชีพเพิ่มเติมเสริมรายได้	18	51.43
3.2 การออม มีการเข้าเป็นสมาชิกกลุ่มออมทรัพย์เพื่อการผลิต กองทุน กข.ภจ. กองทุนหมู่บ้านและชุมชนเมือง กลุ่มอาชีพ กลุ่มฌาปนกิจ กลุ่ม/กองทุนอื่นๆ	16	45.71
3.3 การจัดทำแผนชีวิตตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง	11	31.43

สรุปผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ที่ 2 แนวทางในการจัดกิจกรรมพัฒนาทักษะการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อพึ่งตนเอง ช่วงวิกฤตโรคระบาดโควิด-19 ของชุมชนมาบแก ตำบลมาบแก อำเภอลาดยาว จังหวัดนครสวรรค์ ผลจากการจัดกิจกรรมอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อเป็นแนวทางพัฒนา

ทักษะการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อพึ่งตนเองช่วงวิกฤตโรคระบาดโควิด-19
ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 สรุปผลจัดกิจกรรมพัฒนาทักษะการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อพึ่งตนเอง
ช่วงวิกฤตโรคระบาดโควิด 19 ของชุมชนมาบแก ตำบลมาบแก อำเภอลาดยาว จังหวัดนครสวรรค์

ที่	รายการ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับความเห็น
1	เกิดจิตสำนึกในการดำรงชีวิตด้วยความพอดี พอประมาณ และมีเหตุผล ตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง	3.80	1.18	มาก
2	ทำแผนการใช้จ่ายเงินตามลำดับความสำคัญและความจำเป็น ตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง	3.86	0.69	มาก
3	นำความรู้ที่ได้จากปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำรงชีวิตทำให้ครอบครัวมีความอบอุ่นพึ่งตนเองได้	4.14	0.73	มาก
4	ใช้จ่ายอย่างประหยัดและคุ้มค่า เลือกซื้อสินค้า/บริการที่เหมาะสมกับการใช้ประโยชน์ เป็นการช่วยลดค่าใช้จ่ายที่ไม่จำเป็นให้กับครอบครัวทำให้ความเป็นอยู่ดีขึ้น	4.34	0.64	มาก
6	ใช้สติปัญญาและเหตุผล เป็นสิ่งสำคัญในการแก้ปัญหาได้ตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง และเป็นการสร้างภูมิคุ้มกันที่ดีในตัวเอง	4.06	0.68	มาก
7	การออมเงินให้กับตนเอง หรือครอบครัวเป็นการวางแผนเมื่อมีความจำเป็นหรือใช้จ่ายยามฉุกเฉิน	4.46	0.66	มาก
8	การดูแลรักษาทรัพยากรของครอบครัว ไม่ทำลายสิ่งแวดล้อม เป็นการสร้างความรับผิดชอบต่อสังคม	4.14	0.77	มาก
9	ควรยึดมั่นในแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงในการดำเนินชีวิตเพื่อพึ่งตนเองและเป็นที่พึ่งผู้อื่น และเผยแพร่ประโยชน์ของแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงให้กับบุคคลอื่นได้ทราบ	4.40	0.74	มาก
10	จากการอบรมเชิงปฏิบัติการ ส่วนมากท่านมีความพึงพอใจต่อภาพรวมของโครงการ	4.53	0.51	มากที่สุด

สรุปผลสัมฤทธิ์เชิงลึก พบว่า สภาพการพึ่งตนเองของชุมชนตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ด้านจิตใจมีหลักธรรมพระพุทธศาสนาเป็นที่พึ่งยึดเหนี่ยวจิตใจ ด้านสังคมการอยู่ร่วมกันด้วยการพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน ด้านเศรษฐกิจ อยู่ในความพอดีไม่มากเกินไปไม่น้อยเกินไป ด้านการศึกษาแสวงหาความรู้อยู่เสมอทันโลกทันเหตุการณ์ ด้านทรัพยากรและสิ่งแวดล้อมร่วมมือร่วมใจช่วยกันดูแลรักษา

ภาพที่ 1 แนวทางในการจัดกิจกรรมพัฒนาทักษะการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อ
พึ่งตนเอง ช่วงวิกฤตโรคระบาดโควิด-19

1. ศึกษาวิถีชีวิตตามแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของชุมชนมาบแก ตำบลมาบแก อำเภอลาดยาว จังหวัดนครสวรรค์ ผลการวิจัยพบว่า สภาพทั่วไปของชุมชนตำบลมาบแก อำเภอลาดยาว จังหวัดนครสวรรค์ มีพื้นที่ทั้งหมด 33 ตารางกิโลเมตร หรือมีพื้นที่ 20,625 ไร่ ลักษณะภูมิประเทศ เป็นที่ราบลุ่มสลับกับที่ราบสูงเล็กน้อย โดยเฉพาะทางทิศตะวันตก จะมีลักษณะเป็นภูเขาและที่ราบสูงลักษณะของสภาพพื้นดินโดยทั่วไป เป็นดินร่วนปนทรายสลับกับดินเหนียว ประชากรทั้งสิ้น 2,520 คน จำนวนครัวเรือน 599 ครัวเรือน มีความหนาแน่นเฉลี่ย 76.36 คน/ตารางกิโลเมตร อาชีพหลัก ร้อยละ 90 ประกอบอาชีพเกษตรกรรม การดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ส่วนมากมีการปลูกพืชผักสวนครัวเพื่อบริโภคในครัวเรือน ร้อยละ 62.86 ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะว่า หลักเศรษฐกิจพอเพียงได้ถูกบรรจุอยู่ใน

แผนงานของรัฐทุกหน่วยงาน เป็นแกนกลางของแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ เป็นเข็มทิศนำทางในการร่างแผนยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี อีกทั้งยังเป็นคำที่นายกรัฐมนตรีหยิบยกมากล่าวถึงบ่อยครั้งผ่านทั้งรายการโทรทัศน์และปาฐกถาตามงานต่าง ๆ (รพีพัฒน์ อิงคสิทธิ์, 2565, ออนไลน์) ผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของสุภาวดี หันสันเทียะ (2559, บทคัดย่อ) กล่าวว่า การศึกษาการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงประชาชนบ้านม่วงเจริญ ตำบลสระม่วง อำเภอหนองหงส์ จังหวัดบุรีรัมย์ โดยภาพ ร่วมอยู่ในระดับมาก สอดคล้องกับงานวิจัยของภาณีอารีวงศ์ (2550) กล่าวว่า การพึ่งตนเองของแรงงานในชุมชนบางขุน จังหวัดนนทบุรี พบว่าการพึ่งตนเองทางด้านเศรษฐกิจเป็นการดำเนินชีวิต โดยยึดทางสายกลางพออยู่พอกินตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียง ไม่จำเป็นต้องดิ้นรนหาเงินหาทองมาใช้ ทั้งที่สิ่งของบางสิ่งไม่จำเป็น ไม่ต้องคิดอยากมีอยากได้ในสิ่งของนอกเหนือจากความสามารถของเรา หากดำเนินชีวิตพอมีก็สามารถดำรงตนอยู่ได้อย่างมีความสุขตามอัธยาศัยของตนเองด้าน เศรษฐกิจอาทิจการมีข้าวปลาผักผลไม้ในท้องถื่นเพื่อยังชีพของตน มุ่งเป้าหมายการลดรายจ่ายก่อน ยึดหลักพออยู่พอกินในระดับเบื้องต้น และสามารถอยู่ได้ด้วยตนเอง และสอดคล้องกับอานนตรี ประสมสุข, สุวิน ทองปั้น และวัชรโรบล โกศลวิทยานันต์ (2564) กล่าวว่า การดำเนินชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ผลการวิจัยพบว่า คุณลักษณะของเศรษฐกิจพอเพียงด้านความพอประมาณ ความพอใจในสิ่งที่ตนมีคือความพอดีต้องไม่มากหรือน้อยเกินไป ดำเนินการตามกำลังของตน โดยไม่เบียดเบียนตนและผู้อื่น ทั้งการผลิต การบริโภค การประกอบอาชีพ การมีเหตุผล พอเพียง พอดีต่อการกระทำ พิจารณาเหตุที่ต้องทำ คาดคะเนผลที่คาดว่าจะได้ประกอบอาชีพ สุจริตไม่โลภ มีความสันโดษ แสวงหาความรู้พ้นจากทุกข์พิจารณาอย่างรอบคอบการมีภูมิคุ้มกัน เป็นการ เตรียมตัวให้พร้อมต่อการเปลี่ยนแปลงที่อาจเกิดขึ้นในอนาคตอันใกล้ไกล ดังนั้น ต้องรู้รอบ ระมัดระวัง ดำเนินการตามแผนตามขั้นตอนที่วางไว้ทีละขั้น

2) การจัดกิจกรรมพัฒนาทักษะการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อพึ่งตนเองช่วงวิกฤตโรคระบาดโควิด 19 ของชุมชนมาบแก ตำบลมาบแก อำเภอลาดยาว จังหวัดนครสวรรค์ ผลการวิจัยพบว่า มีความพึงพอใจต่อภาพรวมของโครงการ อยู่ในระดับ “มากที่สุด” มีค่าเฉลี่ยสูงสุด 4.53 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.51 ทั้งนี้ เป็นเพราะว่า หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวรัชกาลที่ 9 พระราชดำริ ทรงเน้นให้พึ่งตนเอง และช่วยเหลือตนเองเป็นหลักสำคัญ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวรัชกาลที่ 9 มักจะทรงทำหน้าที่กระตุ้นให้เกษตรกรทั้งหลายคิดหาสู่ทางที่จะช่วยตนเอง พึ่งตนเอง โดยไม่มีการบังคับการแสวงหาความร่วมมือจากภายนอกต้องกระทำเมื่อจำเป็นจริงๆ (มูลนิธิชัยพัฒนา, 2565, ออนไลน์) สอดคล้องกับดาว ชุ่มตะขบ (2563, 11-22) ได้กล่าวถึงมาตรการในการป้องกันและแก้ไขการแพร่ระบาดของโควิด-19 ที่เกิดขึ้น โดยการหยุดการเคลื่อนไหวของผู้คนในสังคม ซึ่งทำให้เกิดการหยุดการผลิตในหลายธุรกิจ ทำให้ระบบเศรษฐกิจหยุดชะงัก ส่งผลกระทบต่อประชากร ในการดำรงชีพ

และเรื่องอาหาร คนตกงาน ว่างงาน ทำให้หันกลับมาวิเคราะห์และมองหาถึง หนทางรอด ซึ่งแนวทางหนึ่งที่ได้มีการพูดถึงในการแก้ปัญหา คือ หลักการเศรษฐกิจพอเพียงของ ในหลวงรัชกาลที่ 9 ที่ได้ทรงปูแนวทางเป็นหนทางรอดในทุกวิกฤต เพราะในทุกวิกฤตจะมี “โอกาส” ซึ่งทำให้คนไทยและคนทั้งโลกเริ่มเชื่อมั่นในปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง จะเห็นได้จาก คนหนุ่มสาววัยทำงานที่ตกงานและตัดสินใจกลับบ้านพร้อมพัฒนาฝึกฝนทำการเกษตรแนว ใหม่ตามหลักความพอเพียง เนื่องจากคนต้องปรับทั้งรูปแบบและการใช้ชีวิตแนวใหม่ และสอดคล้องกับปวิณกร จอดนอก (2565, 341) กล่าวว่า รูปแบบในการปรับตัวการดำรงชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจ พอเพียง คือ การมีคุณธรรมเป็นพื้นฐานของจิตใจในการดำเนินชีวิต และมีความรู้ที่ถูกต้องและ รอบคอบในการพิจารณานำไปใช้ โดยคำนึงถึงหลักการความพอประมาณ ความมีเหตุผล และ การมีภูมิคุ้มกันที่ดีรู้จักการวางแผนและจัดลำดับความสำคัญของชีวิต และรู้จักตั้งรับได้ รวมทั้ง การนำหลักทฤษฎี 4 ในการพัฒนาทางกาย ความพอสุจริตใจ ฝึกใจให้มีคุณธรรม และรู้จักใช้ปัญญา แก้ไขปัญหา และผลการสัมภาษณ์เชิงลึก พบว่า กลุ่มตัวอย่างสามารถพึ่งตนเองโดยทำน้ายาล้างจานเอง ทำปุ๋ยหมักอินทรีย์ น้ำหมักชีวภาพ การทำบัญชีครัวเรือน เป็นการลดรายจ่าย เพิ่มรายได้ เป็นการส่งเสริมการพึ่งตนเองของชุมชนในช่วงวิกฤตโรคระบาดโควิด 19 ซึ่งมีการให้กำลังใจกันในครอบครัว มีวัดเป็นศูนย์กลาง มีกลุ่ม อสม. ผู้นำชุมชนช่วยเหลือดูแลให้ชาวบ้าน ฉีดวัคซีนป้องกันเชื้อไวรัส โควิด 19 ให้ได้แมสเสมอเมื่อออกนอกบ้าน ล้างมือเป็นประจำ เว้นระยะห่าง และระมัดระวังในการไปสถานที่เสี่ยง ชุมชนมีการรวมกลุ่มทำกิจกรรม กลุ่มฌาปนกิจ กลุ่มเงินล้าน กลุ่มนาแปลงใหญ่ กลุ่มวิสาหกิจชุมชน เพื่อเพิ่มรายได้ และมีเพื่อนบ้านดี สืบสานวัฒนธรรม ประเพณีไทย คือ ประเพณีวันสงกรานต์ ลอยกระทง เข้าพรรษา ออกพรรษา ตักบาตรเทโว เป็นต้น

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะทั่วไป

1. รัฐบาลควรมีนโยบายส่งเสริมพัฒนา ชุมชนให้มีการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อพึ่งตนเอง ช่วงวิกฤตโรคระบาดโควิด 19 หรือ โรคระบาดชนิดอื่นๆ ที่จะเกิดขึ้นในอนาคต
2. ชุมชน ควรตระหนัก และน้อมนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาจัดกิจกรรมส่งเสริมพัฒนาทักษะให้กับประชาชนในชุมชนของตนเพื่อพึ่งพาตนเอง ในช่วงวิกฤตโรคระบาดโควิด 19
3. ครัวเรือน น้อมนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ดำเนินชีวิตประจำให้เกิดผลที่เป็นรูปธรรม ปลูกพืช ผัก เลี้ยงไก่ เลี้ยงปลา ลดรายจ่าย เพิ่มรายได้ ทำให้ความเป็นอยู่ดีกินดี

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

ควรศึกษาวิจัยเกี่ยวกับปัจจัยที่ส่งผลการฝึกทักษะการพึ่งตนเองในยุคศตวรรษ ที่ 21 เพื่อนำผลมา กำหนดนโยบายในการให้หน่วยงานจัดกิจกรรมพัฒนาชุมชน และสังคมให้มีแนวทางการดำเนินชีวิตให้เหมาะสมตามยุคตามสมัยที่เปลี่ยนแปลงได้อย่างเหมาะสม

เอกสารอ้างอิง

- กรมการปกครอง. (2542). *พออยู่ พอกิน*. กรุงเทพฯ: สำนักงานเลขาธิการกรมการปกครอง.
- กรมการพัฒนาชุมชน. (2527). *การพัฒนาชุมชน*. กรุงเทพฯ: กรมการพัฒนาชุมชน.
- จักรพันธ์ ศรีคุ้ม. (2562). ศักยภาพที่คาดหวังของธุรกิจสตาร์ทอัพที่ขับเคลื่อนด้วยความสามารถของ ผู้ประกอบการ ความเชื่อมั่นต่อภาครัฐ ลูกค้ายที่คาดหวัง และการสนับสนุนทรัพยากร, *วารสารการ วิจัยการบริหารการพัฒนา*, 9(2), 8.
- ดาว ชุ่มตะขบ. (2563). เศรษฐกิจพอเพียง ทางเลือก ทางรอดฝ่าวิกฤตโควิด-19. *วารสารสังคม วิจัยและ พัฒนา*, 2(3), 11-22.
- ดิฐ เลขะกุล. (2560). การใช้กระบวนการกลุ่ม (Focus group) ในการสร้างการมีส่วนร่วมเพื่อกำหนด แนวทางในการบริหารจัดการขยะมูลฝอยขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นจังหวัดแพร่. *เอกสาร ผลงาน สำนักงานสิ่งแวดล้อมภาคที่ 2 ลำปาง*, สำนักงานปลัดกระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและ สิ่งแวดล้อม, 5.
- นฤมล เนตรวิเชียร. (2560). การพัฒนารูปแบบการให้บริการวิชาการผ่านระบบสารสนเทศออนไลน์. *รายงานวิจัยฉบับสมบูรณ์*. มหาวิทยาลัยบูรพา, 38.
- ปภาณี อาริวงค์. (2550). การพึ่งตนเองของแรงงานในชุมชนบางขุนจันทน์นนทบุรี. *วิทยานิพนธ์สังคม สงเคราะห์ศาสตร์มหาบัณฑิต*. มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, กรุงเทพฯ.
- ปวีณ์กร จอดนอก. (2565). รูปแบบการดำรงชีวิตเพื่อการพึ่งตนเองตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจ พอเพียง ภายหลังการแพร่ระบาดของโรคติดต่อเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ของประชาชนบ้าน ใหม่จัตวา หมู่ที่ 10 ตำบลขุนทะเล อำเภอเมืองสุราษฎร์ธานีจังหวัดสุราษฎร์ธานี. *วารสารมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*, 9(8), 341.
- ภาณุพงศ์ พระทิพย์วงศา. (2564). *เศรษฐกิจพอเพียง หลักธรรม*. สืบค้นเมื่อ 8 มกราคม 2565, จาก <https://sites.google.com/site/httpssersthkicphxpheiyng/hlak-thrrm-1>.
- มูลนิธิชัยพัฒนา. (2565). *เศรษฐกิจพอเพียง*. สืบค้นเมื่อ 5 มกราคม 2565, จาก https://www.chaipat.or.th/site_content/item/1309-2010-06-03-09-50-07.html.

- ยุทธนา กาเต็ม. (2563). การพัฒนาชุมชนจังหวัดชายแดนภาคใต้ตามหลักการขององค์การสหประชาชาติ(UN). *วารสารมหาวิทยาลัยราชภัฏยะลา*, 15(2), 259.
- รพีพัฒน์ อิงคสิทธิ์. (2565). *ออกแบบนโยบายรัฐจากหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง*. สืบค้นเมื่อ 29 พฤศจิกายน 2565, จาก <https://themomentum.co/policy-with-sufficiency-economy/>.
- สัญญา สัญญาวิวัฒน์. (2550). การพึ่งพาตนเองทางเศรษฐกิจของสังคมชนบทไทย : ปัจจัยทางสังคมและวัฒนธรรม. *วารสารสังคมศาสตร์*, 25(1), 25.
- สารานุกรมในพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศรมหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร. (2565). *แนวทางการพัฒนาเพื่อพึ่งตนเอง*, สืบค้นเมื่อ 22 พฤศจิกายน 2565, จาก <https://www.hii.or.th/wiki84/index.php?title=น-แนวทางการพัฒนาเพื่อพึ่งตนเอง>.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2560). *แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 (พ.ศ.2560 - 2564)*. กรุงเทพฯ: สำนักงานกรัฐมนตรี.
- สำนักงานคณะกรรมการพิเศษเพื่อประสานงานโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ. (2549). *60 ปี ครองราชย์ประโยชน์สุข ประชาชน*. กรุงเทพฯ: สำนักงาน กปร.
- สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2563). *รายงานภาวะสังคมไทยไตรมาส 1 ปี 2563*, สืบค้นเมื่อ 2 มกราคม 2565, จาก https://www.nesdc.go.th/ewt_news.php?nid=10260&filename=index.
- สุภาวดี หันสันเทียะ. (2559). การศึกษาการดำเนินชีวิตตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงของประชาชน บ้านม่วงเจริญตำบลสระทอง อำเภอนองหงส์ จังหวัดบุรีรัมย์. *วิทยานิพนธ์รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต*. มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์, บุรีรัมย์.
- สุภางค์ จันทวานิช. (2554). *การวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยเชิงคุณภาพ*. (พิมพ์ครั้งที่ 10). กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ศุภานนท์ ขอบประดิษฐ์. (2563). *วิกฤตโควิด 19 ส่งผลกระทบต่อ การเปลี่ยนแปลงทางสังคมอย่างไร*. *วารสารชัยภูมิปริทรรศน์*, 3(2), บทคัดย่อ.
- อานนตรี ประสมสุข, สุวิน ทองปั้น และวัชรโรบล โกศลวิทยานันต์. (2564). การดำเนินชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของเกษตรกรอำเภอเสลภูมิ จังหวัดร้อยเอ็ด. *วารสารสถาบันวิจัยพิมลธรรม*, 8(2), 90-91.
