

## สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ค
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ฉ
สารบัญภาพประกอบ (1)	ญ
สารบัญภาพประกอบ (2)	ฐ
บทที่ 1 บทนำ	
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	4
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	4
ขอบเขตของการวิจัย	4
นิยามศัพท์	5
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	
แนวคิดเกี่ยวกับการพึ่งตนเอง	6
แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาศักยภาพของชุมชนเพื่อการพึ่งตนเอง	8
เกษตรกรรมที่จะนำไปสู่การพึ่งตนเอง	12
ตัวอย่างของชุมชนพึ่งตนเอง	16
ความเป็นมาของกลุ่มสันติอโศก	18
ความเป็นมาของชุมชนศิระะอโศก	19
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	
ประชากรที่ใช้ในการวิจัย	22
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	23
การเก็บรวบรวมข้อมูล	24
การตรวจสอบข้อมูล	25
การวิเคราะห์ข้อมูล	26
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	
ลักษณะทางกายภาพของชุมชนศิระะอโศก	27

	หน้า
ลักษณะทั่วไปของชุมชนศิระชะอโคก	29
โครงสร้างของชุมชนศิระชะอโคก	29
บุคลากรในชุมชนศิระชะอโคก	34
โครงสร้างการปกครองของชุมชนศิระชะอโคก	34
กิจวัตรประจำวันภายในชุมชน	36
กิจกรรมเพื่อการพึ่งตนเอง	41
รูปแบบการทำกิจกรรมธรรมชาติของชุมชนศิระชะอโคก	53
ศักยภาพในการดำเนินงานเพื่อการพึ่งตนเอง	56
ปัญหาและอุปสรรคในการดำเนินงาน	62
<b>บทที่ 5</b> สรุปลผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	
สรุปลผลการวิจัย	63
ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปประยุกต์ใช้	71
ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป	72
บรรณานุกรม	73
ภาพผนวก	76
ประวัติผู้เขียน	91

สารบัญภาพประกอบ ( 1 )

แผนภูมิ	หน้า
1. แสดงพื้นที่ใช้สอยภายในชุมชนศิระชะโดก	28
2. แสดงโครงสร้างของชุมชนศิระชะโดก	30
3. แสดงโครงสร้างการปกครองของชุมชนศิระชะโดก	35
4. แสดงที่มาของพืชที่ใช้อุปโภคและบริโภคภายในชุมชน	55

## สารบัญภาพประกอบ ( 2 )

รูปภาพ	หน้า
1. เด็กหญิงชั้นประถมกับการแต่งกายอันเป็นเอกลักษณ์ของชาวอโศก	77
2. บรรยากาศการเรียนใต้ถุนบ้านของเด็กๆ	77
3. ช่วยกันทำความสะอาดบ้านเรือนในยามว่าง	78
4. เรียนรู้และปฏิบัติจริงในพื้นที่กิจกรรม	78
5. งานตากข้าวเกรียบของฐานแปรรูป	79
6. ผู้สูงอายุช่วยกันทอเสื่อเพื่อไว้ใช้ภายในชุมชน	79
7. สระสร้างดินซึ่งอยู่ในบริเวณสวนสร้างดิน	80
8. อีกร่มหนึ่งของสวนสร้างดิน	80
9. บรรยากาศร่มรื่นในอุทยานการศึกษาศมุนไพร	81
10. โรงเก็บฟืนของชุมชน	81
11. โถงหมักปลาร้าเจของฐานแปรรูป	82
12. ศาลาแยกขยะของชุมชน	82
13. เฝิงตัดผมเล็กๆใต้เงาไม้ร่มรื่น	83
14. ลักษณะบ้านเรือนใต้ถุนสูงในชุมชน	83