

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาการวิจัยเรื่อง การดำเนินชีวิตและคุณภาพชีวิตตามแนวทางปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของเกษตรกรในหมู่บ้านหนองมะจับ ตำบลแม่แฝก อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ ผู้วิจัยได้ทำการตรวจเอกสารซึ่งมีหัวข้อที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาดังนี้

1. ทฤษฎีและแนวคิดเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง
 - 1.1 ความหมายของคำว่าเศรษฐกิจพอเพียง
 - 1.2 ความหมายเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง
2. ทฤษฎีและแนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิต
 - 2.1 ความหมายของคุณภาพชีวิต
 - 2.2 แนวคิดเชิงความรู้สึกละเอียด
 - 2.3 แนวคิดเชิงสภาวะร่างกายและสภาพแวดล้อม
 - 2.4 องค์ประกอบของคุณภาพชีวิต
 - 2.5 แบบจำลองของคุณภาพชีวิต (Quality of Life's Model)
3. แนวคิดเกี่ยวกับชุมชน

1. ทฤษฎีเกี่ยวกับแนวคิดเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง

จากอดีตสู่ปัจจุบัน ประเทศไทยสามารถพัฒนาเศรษฐกิจของประเทศให้เจริญก้าวหน้าทัดเทียมกับอารยประเทศได้ ภาพรวมเศรษฐกิจของประเทศไทยนับว่าได้รับผลสำเร็จในหลายด้าน เช่น การขยายตัวทางเศรษฐกิจอยู่ในอัตราที่สูง เฉลี่ยร้อยละ 7.8 ต่อปี ฐานะการเงินของประเทศมีความมั่นคงมากขึ้น สัดส่วนของประชากรยากจนลดลง จากร้อยละ 57 ในปี พ.ศ.2505 เป็นร้อยละ 27.5 ในปี พ.ศ.2509 (กองพัฒนาสังคม เศรษฐกิจ และสิ่งแวดล้อม, 2543: 7)

อย่างไรก็ตาม เมื่อพิจารณาความแตกต่างของรายได้ของประชาชนในประเทศ กลับพบว่าประชาชนที่มีฐานะการเงินมั่งคั่ง ร่ำรวยก็ยังคงรวยมากขึ้น ในขณะที่ประชาชนยากจนก็ยังยากจนหรือมีความถดถอยของรายได้เช่นเดิม สิ่งเหล่านี้ชี้ให้เห็นความเหลื่อมล้ำของสังคมไทยในหลายๆ ด้าน ก่อให้เกิดปัญหาหลายประการตามมา ซึ่งปัญหาหนึ่งที่เกิดขึ้นและพบได้ในสังคมไทยคือการมีคุณภาพชีวิตที่ถดถอย ลดต่ำจากมาตรฐานลง ผู้คนหันมาให้ความสนใจกับการบริโภค วัตถุนิยมกันมากขึ้น การศึกษาไม่เอื้อต่อการพัฒนาภูมิปัญญาท้องถิ่นอย่างแท้จริง (กองพัฒนาสังคม เศรษฐกิจ และสิ่งแวดล้อม, 2543: 8) ส่งผลโดยตรงต่อคุณภาพชีวิตและความเป็นอยู่ของชุมชน

จากสภาพปัญหาดังกล่าว จึงเป็นจุดกระตุ้นให้สังคมหันมาให้ความสนใจและร่วมมือกัน แก้ไขวิกฤติดังกล่าวอย่างแท้จริง ซึ่งก็ได้เกิดแนวคิดหลายๆ ประการที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ แก้ปัญหา กอบกู้วิกฤติดังกล่าวด้วยกัน และแนวคิดหนึ่งที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้กับสังคมไทยได้ คือ การดำรงชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง อันเป็นแนวพระราชดำริที่ได้รับพระราชทานจากองค์ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว

1.1 ความหมายของคำว่า เศรษฐกิจพอเพียง

เศรษฐกิจพอเพียง เป็นปรัชญาที่ชี้ถึงแนวการดำรงอยู่และปฏิบัติตนของประชาชนในทุก าระดับ ตั้งแต่ระดับครอบครัว ระดับชุมชน จนถึงระดับรัฐ ทั้งในการพัฒนาและบริหารประเทศให้ ดำเนินไปในทางสายกลาง โดยเฉพาะการพัฒนาเศรษฐกิจเพื่อให้ก้าวทันต่อโลกยุคโลกาภิวัตน์ ความพอเพียง หมายถึง ความพอประมาณ ความมีเหตุผล รวมถึงความจำเป็นที่จะต้องมีระบบ ภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีพอสมควร ต่อการมีผลกระทบใดๆ อันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงทั้งภายนอกและ ภายใน ทั้งนี้จะต้องอาศัยความรอบรู้ ความรอบคอบ และความระมัดระวังอย่างยิ่งในการนำวิชาการ ต่างๆ มาใช้ในการวางแผนและดำเนินการทุกขั้นตอน และขณะเดียวกันจะต้องเสริมสร้างพื้นฐาน จิตใจของคนในชาติ โดยเฉพาะเจ้าหน้าที่ของรัฐ นักทฤษฎี และนักธุรกิจในทุกระดับ ให้มีความ สำนึกในคุณธรรม ความซื่อสัตย์สุจริต และให้มีความรอบรู้ที่เหมาะสม ดำเนินชีวิตด้วยความอดทน ความเพียร มีสติ ปัญญา และความรอบคอบ เพื่อให้สมดุลและพร้อมต่อการรองรับการเปลี่ยนแปลง อย่างรวดเร็วและก้าวขวางทางด้านวัตถุ สังคม สิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรมจากโลกภายนอกได้เป็น อย่างดี (ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงนี้ สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ได้เชิญผู้ทรงคุณวุฒิในทางเศรษฐกิจและสาขาอื่น ๆ มาร่วมกันประมวล กลั่นกรอง พระราชดำรัส และนำกราบบังคมทูลขอพระบรมราชานุญาตนำออกเผยแพร่ ซึ่งพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวได้ ทรงพระราชทานพระบรมราชานุญาตแล้ว)

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงเปรียบเทียบคำว่า “พอเพียง” กับคำว่า “Self-Sufficiency” ว่า

Self-Sufficiency นั้น หมายความว่าผลดีอะไร มีพอที่จะใช้ไม่ต้องไปขอยืมคน อื่น อยู่ได้ด้วยตนเอง ...เป็นไปตามที่เค้าเรียกว่ายืนบนขาของตนเอง...แต่ว่า

พอเพียงนี้มีความหมายกว้างขวางยิ่งกว่านี้อีก คือคำว่าพอ ก็พอเพียงนี้ก็พอแค

่นั้นเอง คนเราถ้าพอใจในความต้องการมันก็มีโลกน้อย เมื่อมีความโลกน้อยก็ เบียดเบียนผู้อื่นน้อย

ถ้าประเทศใดมีความคิดอันนี้ มีความคิดว่าทำอะไรต้องพอเพียง หมายความว่า

พอประมาณ ซื่อตรง ไม่โลภอย่างมาก คนเราก็อยู่เป็นสุข

พอเพียงนี้อาจจะมีมาก มีมาก อาจจะมีของหรรษาก็ได้ แต่ไม่ต้องไม่ไปเบียดเบียนคนอื่น ต้องให้พอประมาณ พุดจาก็พอเพียง ทำอะไรก็พอเพียง ปฏิบัติก็พอเพียง...
...ฉะนั้น ความพอเพียงนี้ก็แปลว่าความพอประมาณและความมีเหตุผล...

(4 ธันวาคม 2541)

จากพระราชดำรัส เศรษฐกิจพอเพียง มิได้จำกัดเฉพาะของเกษตรกรหรือชาวไร่ชาวนาเพียงเท่านั้น แต่เป็นเศรษฐกิจของทุกคนทุกอาชีพ ทั้งมีอยู่ในเมืองและอยู่ในชนบท เช่น ผู้ที่เป็นเจ้าของโรงงานอุตสาหกรรม และบริษัทในระบบเศรษฐกิจพอเพียง ถ้าจะต้องขยายกิจการเพราะความเจริญเติบโตจากเนื้อของงาน โดยอาศัยการขยายตัวอย่างค่อยเป็นค่อยไป หรือหากจะกู้ยืมก็กระทำตามความเหมาะสม ไม่ใช่กู้มาลงทุนจนเกินตัวจนไม่เหลือที่มั่นให้ยืนอยู่ได้ ต้องรู้จักใช้จ่าย ไม่ฟุ่มเฟือยเกินตัว

เศรษฐกิจพอเพียง หมายถึง เศรษฐกิจที่สามารถอุ้มชูตัวเอง (Relative Self – Sufficiency) อยู่ได้โดยไม่ต้องเดือดร้อน โดยต้องสร้างพื้นฐานทางเศรษฐกิจของตนเองให้ดีเสียก่อน คือตั้งตัวให้มีความพอกินพอใช้ ไม่ใช่มุ่งแต่จะทุ่มเทสร้างความสำเร็จ ยกเศรษฐกิจให้รวดเร็วแต่เพียงอย่างเดียว เพราะผู้ที่มีอาชีพและฐานะเพียงพอที่จะพึ่งตนเอง ย่อมสามารถสร้างความเจริญก้าวหน้าและฐานะเศรษฐกิจขั้นที่สูงขึ้นไปตามลำดับต่อไปได้

มาฆะ จิตตะสังคะ (2537: 204-205) เศรษฐกิจพอเพียง หมายถึง การให้ความสำคัญในด้านการผลิตเพื่อยังชีพ และให้พอเพียงต่อความต้องการจำเป็นขั้นพื้นฐานของบุคคลในสังคมนั้นๆก่อนเป็นสำคัญ ให้ประชาชนรู้จักพอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่ ไม่ฟุ้งเฟ้อ อยากได้อะไรก็มีในสิ่งที่เกินกำลังของตน

ฉัตรทิพย์ นาถสุภา (2540:1) การศึกษาระบบเศรษฐกิจของชุมชนไทยในอดีต ว่าเป็นระบบเศรษฐกิจแบบพอยังชีพ ผลิตพืชผล พืชพันธุ์ไว้เพื่อกิน เพื่อใช้เอง ไม่มีระบบการพึ่งพิงสังคมภายนอกมีความผูกพันกันสูง ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน มีความพอเพียงในตนเอง นับถือระบบเครือญาติเป็นสำคัญ และไม่มีการแบ่งชนชั้นกัน เป็นต้น

ประเวศ วะสี (2542: 4-6) ให้ความเห็นเห็นว่าเศรษฐกิจพอเพียง ไม่ได้แปลว่าไม่เกี่ยวข้องกับใคร ไม่ค้าขาย ไม่ผลิต ไม่ส่งออก ไม่ทำเศรษฐกิจมหภาค แต่หมายถึงการที่มนุษย์เรามีความพอเพียงในอย่างน้อย 7 ประการด้วยกัน 1) พอเพียงสำหรับทุกคน 2) จิตใจพอเพียง 3) สิ่งแวดล้อมพอเพียง 4) ชุมชนเข้มแข็งพอเพียง 5) ปัญญาพอเพียง 6) อยู่บนพื้นฐานวัฒนธรรมพอเพียง 7) มีความมั่นคงพอเพียง ไม่ชั่ววูบวาบ เดี่ยวจนเดี๋ยวรวย ซึ่งเมื่อทุกอย่างเกิดความพอเพียง ก็จะเกิดความสมดุล คือความเป็นปกติและยั่งยืน ซึ่งอาจจะเรียกในชื่ออื่นๆ ได้ เช่น เศรษฐกิจพื้นฐานเศรษฐกิจสมดุล หรือเศรษฐกิจบูรณาการ เป็นต้น

นิคม มุสิกคามะ (2542: 263) ให้ความเห็นว่าเศรษฐกิจพอเพียงไว้ว่า เป็นแนวทางพัฒนาตามทฤษฎีใหม่ ที่ทำให้ประเทศไทยอยู่ในสังคมโลกได้อย่างสง่างามน่าภูมิใจ โดยที่สามารถผลิตทรัพยากรได้ตามภูมิปัญญา และเทคโนโลยีแบบไทย มีความพอเพียงในครอบครัว ชุมชนมีความเข้มแข็งช่วยเหลือตนเองได้ วิถีชีวิตความเป็นอยู่ที่สอดคล้องกับหลักธรรมคำสอนในศาสนา มีสังคมที่สงบสุข กินดีอยู่ดีขึ้น การผลิตอุดมสมบูรณ์พอเพียงที่จะค้าขายไปยังต่างประเทศ

สุรเกียรติ์ เสถียรไทย (2543:257) ได้กล่าวถึงเศรษฐกิจพอเพียง ไว้ว่า เป็นปรัชญาของการพัฒนาตามกระแสเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งมีฐานคิดสำคัญที่การพัฒนาคน ในชุมชน ทั้งด้านเศรษฐกิจและสังคมควบคู่ไปกับการจรรโลงรักษาวัฒนธรรมชุมชน ทั้งนี้การพัฒนาคณะต้องเริ่มที่การพัฒนาความคิดและจิตใจของคนให้รู้จักกินรู้จักใช้ตามอัตภาพและความจำเป็นในการดำรงชีวิต

1.2 แนวคิดเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง

จากแนวพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว (กรมการปกครอง, 2541: 4-5) ทรงมีแนวทางที่มุ่งให้คนไทยดำรงตนโดยยึดหลักของความสมถะ พึงพอใจกับสิ่งที่ตนมีอยู่ ไม่อคติกับบุคคลที่มีสภาพชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีกว่า ซึ่งแนวพระราชดำรัสล้วนแต่เป็นแนวทางที่เหมาะสมกับการนำมาประยุกต์ใช้กับสังคมไทย โดยเฉพาะสังคมชนบท อันได้แก่

“...การจะเป็นเสือนั้นมันไม่สำคัญ สำคัญอยู่ที่เราพออยู่พอกิน และมีเศรษฐกิจการเป็นอยู่แบบพอมีพอกิน แบบพอมีพอกินหมายความว่า อุ้มชูตัวเองให้ ได้ ให้มีพอเพียงกับตัวเอง อันนี้เคยบอกว่า ความพอเพียงนี้ไม่ได้หมายความว่าทุกครอบครัวจะต้องผลิตอาหารของตัวเอง จะต้องทอผ้าใส่ให้ตัวเองสำหรับครอบครัว อย่างนั้นมันเกินไป แต่ว่าในหมู่บ้านหรือในอำเภอจะต้องมีความพอเพียงพอสมควร บางสิ่งบางอย่างที่ผลิตได้มากกว่าความต้องการก็ขายได้ แต่ขายในที่ไม่ห่างไกลเท่าไร ไม่ต้องเสียค่าขนส่งมากนัก อย่างนี้นักเศรษฐกิจต่างๆ ก็มาบอกว่าล้าสมัยจริง อาจจะล้าสมัย เพราะว่าคนอื่นเขาจะต้องมีการเศรษฐกิจที่ต้องมีการแลกเปลี่ยน เรียกว่าเป็นเศรษฐกิจการค้า ไม่ใช่เศรษฐกิจความพอเพียง รู้สึกไม่หรูหราแต่เมืองไทยเป็นประเทศที่มีบุญอยู่ว่า การผลิตที่พอเพียงทำได้...”

“...อย่างข้าวที่ปลูก เคยสนับสนุนให้ปลูกข้าวให้พอเพียงกับตัวเอง เก็บเอาไว้ในยุ้งเล็กๆ แต่ครอบครัวเก็บและถ้ามีพอกินขาย แต่คนอื่นกลับบอกว่าไม่สมควร โดยเฉพาะทางภาคอีสาน เขาบอกต้องปลูกข้าวหอมมะลิเพื่อที่จะขาย อันที่จริงถูกต้องข้าวหอมมะลิขายได้ราคาดี แต่เมื่อขายแล้วของตัวเองจะบริโภคต้องซื้อ จะซื้อจากใคร ทุกคนปลูกข้าวหอมมะลิในภาคอีสานส่วนมากเขาชอบบริโภคข้าวเหนียว ซึ่งใครจะเป็นคนปลูกข้าวเหนียว เพราะว่าประกาศโฆษณาว่าคนที่ปลูกข้าวเหนียวเป็นคนโง่ อันนี้เป็นสิ่งที่สำคัญ เลย

สนับสนุนบอกว่าให้เขาปลูกข้าวบริโภค เขาชอบข้าวเหนียวก็ปลูกข้าวเหนียว เขาชอบข้าวอะไรก็ตาม ให้เขาปลูกข้าวอย่างนั้นและเก็บไว้เพื่อใช้บริโภคตลอดทั้งปี ถ้ายังมีที่ที่จะทำนาปรังหรือมีที่มากพอสำหรับปลูกข้าว ก็ปลูกข้าวหอมมะลิเพื่อที่จะขาย ที่พูดอย่างนี้เพราะว่าข้าวที่ปลูกสำหรับบริโภคไม่ต้องเที่ยวรอบโลก ถ้าข้าวที่ซื้อมาต้องข้ามจังหวัดหรืออาจข้ามประเทศมาค่าขนส่งนั้นก็บวกเข้าไปในราคาข้าว

...สิ่งเหล่านี้เป็นเรื่องของเศรษฐกิจแบบค้าขาย ภาษาฝรั่งเศสเรียกว่า Trade Economy ไม่ใช่แบบพอเพียง ซึ่งฝรั่งเศสเรียกว่า Self – Sufficiency Economy ถ้าเราทำแบบไหนทำได้คือเศรษฐกิจแบบพอเพียงกับตัวเอง เราอยู่ได้ไม่ต้องเดือดร้อน อย่างทุกวันนี้เราเดือดร้อนสำหรับข้าวก็เห็นชัด สำหรับสิ่งอื่นประชาชนก็ต้องใช้ มีสิ่งของจำเป็นที่จะใช้หลายอย่างที่เรทำในเมืองไทยและสามารถที่จะเป็นสินค้าส่งออกนอกใช้เองด้วย แต่สำหรับส่งออกนั้นมีพิธีการมากมายมีทางที่จะผ่านมากมาย ลงท้ายกำไรไม่เหลือ กำไรมันน้อย แต่ถ้าสามารถที่จะติดต่อโดยตรงอย่างกล่องนี้เขาติดต่อโดยตรงเขาส่งไปเป็นหีบๆ ลงเรือ ที่เรียกว่า Container ก็ส่งไปเต็ม Container ลงท้ายค่าขนส่งไม่แพงมากนัก พุดกลับไปกลับมาในเรื่องการค้า การบริโภค การผลิต และการขาย รู้ว่าท่านทั้งหลายกำลังกลุ่มใจในวิกฤตการณ์ตั้งแต่ที่มีเงินน้อยจนกระทั่งคนที่มีเงินมาก แต่ถ้าสามารถที่จะเปลี่ยนให้กลับเป็นเศรษฐกิจพอเพียง ไม่ต้องทั้งหมด แม้จะไม่ถึงครึ่ง อาจจะเศษหนึ่งส่วนสี่ ก็สามารถที่จะอยู่ได้ การแก้ไขจะต้องใช้เวลามาก ไม่ใช่ง่ายๆ โดยมากคนก็ใจร้อนเพราะเดือดร้อน แต่ว่าถ้าทำ ตั้งแต่เดี๋ยวนี้ก็สามารถที่จะแก้ไขได้...”

แนวคิดเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง ตามแนวพระราชดำรัสขององค์พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว นั้นครอบคลุมเนื้อหาสาระของการดำเนินชีวิตในวงกว้าง ทั้งในส่วนของเศรษฐกิจพึ่งตนเองและเศรษฐกิจชุมชน

ปัจจุบันระบบเศรษฐกิจพอเพียง อันเนื่องมาจากกระแสพระราชดำริขององค์พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว กำลังเป็นที่ได้รับความนิยอย่างกว้างขวาง ทั้งในด้านทฤษฎีและด้านการปฏิบัติ ดังจะเห็นได้จากกระแสพระราชดำรัสเกี่ยวกับทฤษฎีใหม่ได้มีการเผยแพร่กระจายไปสู่ชุมชน สังคมชนบทไทยมากขึ้น หนังสือ “พระดำรัส” ขององค์พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงเรียบเรียง “ทฤษฎีใหม่” ซึ่งแบ่งเป็น 3 ชั้น และขยายความได้ดังนี้ (สำนักงานคณะกรรมการจัดระบบจรรยาบรรณ, 2541: 7)

ทฤษฎีใหม่ขั้นที่ 1 ผลิตอาหารเพื่อบริโภคเอง เหลือจึงนำออกขาย ทำให้มีกินอิ่ม ไม่มีภาระหนี้สิน และมีเงินออม

ทฤษฎีใหม่ขั้นที่ 2 รวมตัวกันเป็นองค์กรชุมชน ทำเศรษฐกิจชุมชนในรูปแบบต่างๆ เช่น การเกษตร อุตสาหกรรม แปรรูปอาหาร ทำธุรกิจปั้มน้ำมัน ขายอาหาร ขายสมุนไพร ตั้งศูนย์การแพทย์ไทย จัดการท่องเที่ยวชุมชน มีกองทุนชุมชนหรือธนาคารหมู่บ้าน

ทฤษฎีใหม่ขั้นที่ 3 มีการเชื่อมโยงกับบริษัทที่ประกอบธุรกิจขนาดใหญ่ รวมถึงการส่งออก

จากพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ส่งผลให้เกิดการตื่นตัว และมุ่งมั่นที่จะศึกษา ค้นคว้า ตามแนวคิดทฤษฎีใหม่กันมากขึ้น เช่นเดียวกันกับนักวิชาการหลายท่านซึ่งได้รวบรวมแนวคิดหลักวิธีการปฏิบัติทางทฤษฎีใหม่ดังนี้

บัณฑูร อ่อนคำ (2542: 39-45) ให้ความเห็นว่าประสบการณ์การทำงานที่ผ่านมาเนิ่นนานในองค์กรพัฒนาเอกชนนั้น มีส่วนเกี่ยวข้องกับแนวคิด รวมถึงการปฏิบัติเรื่องระบบเศรษฐกิจพอเพียงไม่มากนัก โดยพิจารณาจากกิจกรรมบางกิจกรรมที่มีการปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ ขณะปฏิบัติงานในองค์กรพัฒนาเอกชน (NGO) อันได้แก่

1. การกระทำกิจกรรมใดๆ ก็ตาม เพื่อตอบสนองต่อความต้องการอยู่รอดของชีวิต ระยะเวลา NGO จะเริ่มกิจกรรมที่สามารถสนองต่อความต้องการจำเป็นของประชาชน อย่างเร่งด่วน ประกอบด้วยเป็นกิจกรรมที่ส่งผลกระทบต่อวิถีชีวิตของประชาชนมากที่สุด ดังนั้น จึงมีการจัดตั้งกลุ่มออมทรัพย์ เพื่อมุ่งให้เกิดการเชื่อมโยงกับธนาคารพาณิชย์ จัดตั้งกลุ่มธนาคารข้าว เพื่อให้มีผู้ถือหุ้นตามหลักเศรษฐศาสตร์-ธุรกิจ หรือการจัดตั้งร้านค้าประจำหมู่บ้าน เพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการเชื่อมโยงประชาชนเข้ากับระบบตลาด แนวคิดดังกล่าวชี้ให้เห็นว่า NGO มุ่งใช้ประโยชน์จากกิจกรรมทั้ง 3 ประการ เพื่อเชื่อมโยงให้ ประชาชนมีความสัมพันธ์กับระบบตลาดและหันเหความสนใจของประชาชนให้ดำรงชีวิตแบบพึ่งตนเองเป็นหลัก

ธนาคารข้าวที่ NGO จัดตั้ง เป็นการริเริ่มแก้ปัญหาการอยู่รอดของประชาชน โดยเริ่มจากการฟื้นฟูคุณค่าเดิมๆ ของชุมชนไทย ได้แก่ การแบ่งปัน และการให้ความร่วมมือ มีความสามัคคีกัน ในชุมชน เช่นเดียวกับกลุ่มออมทรัพย์นี้ว่า “กลุ่มสัจจะ” อันแสดงให้เห็นถึงการให้คำสัญญาให้คำสัตย์ว่าจะอดออม ไม่ฟุ้งเฟ้อกับการใช้จ่ายในชีวิตประจำวันนั่นเอง นอกจากนั้น เงื่อนไขในการกู้ยืมเงินในกลุ่มสัจจะนั้น ก็จะมีจุดประสงค์เพียงเพื่อให้สมาชิกกู้ไปเพื่อตอบสนองความจำเป็นของครอบครัวเพียงเท่านั้น กิจกรรมดังกล่าวจึงเข้าข่ายของการดำรงชีพแบบเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งทำให้ประชาชนมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นได้

2. การกระทำใดๆ ก็ตามเพื่อให้เกิดการพึ่งตนเอง กิจกรรมประเภทนี้มักจะมีการส่งเสริมออกมาในรูปแบบที่หลากหลายแตกต่างกันไป เป็นกิจกรรมที่มุ่งลดการพึ่งพาตลาดในการผลิต เช่น การจัดตั้งธนาคารควาย เพื่อลดการพึ่งพาเทคโนโลยีสมัยใหม่และปุ๋ยเคมี ที่รังแต่จะทำให้เกษตรกรต้องเสียเงินไปกับการซื้อวัตถุดิบต่างๆ เหล่านั้นมาใช้เพื่อการผลิตพืชผล หรือ การทำการเกษตรแบบผสมผสาน อันมีจุดประสงค์เพื่อการดำรงชีพแบบเศรษฐกิจพอเพียงดังต่อไปนี้

2.1 การปลูกจิตสำนึก เพื่อให้เกิดความสำนึกที่จะเปลี่ยนรูปแบบการผลิตจากเชิงพาณิชย์มาเป็นการผลิตเพื่อการมีชีวิตรอด และนำออกขายเมื่อส่วนเกินจากการเก็บไว้บริโภคเกิดขึ้น

2.2 ใช้แรงงานในครอบครัวเป็นทุนสำคัญ และใช้ปุ๋ยคอกทดแทนการใช้ปุ๋ยเคมีในการเพาะปลูกพืชผล

2.3 การป้องกันชีวิตความเป็นอยู่จากพลังตลาด โดยเกษตรกรสามารถรอเวลาที่ขายผลผลิตเมื่อมีราคาสูงขึ้นได้ เนื่องจากเกษตรกรไม่มีความจำเป็นที่จะต้องรีบจำหน่ายส่วนเกินจากการเพาะปลูกพืชสำหรับการบริโภคในครอบครัวให้แก่บุคคลอื่นแต่อย่างใด

2.4 การมีชีวิตที่สมถะ เรียบง่าย ไม่ฟุ้งเฟ้อ ฟุ่มเฟือย จะเห็นได้ว่า แนวคิดเรื่องเศรษฐกิจพอเพียงเป็นแนวคิดที่เอื้อประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตของประชาชนในชนบทเป็นอย่างมาก ดังเช่น ผลการศึกษาของ ทรงชัย ดิยานนท์ (2541: 412) ที่ศึกษา พบว่า ร้อยละ 92.0 ของเกษตรกรที่กู้ยืมเงินในวงเงินไม่เกิน 40,000 บาทของธนาคารกสิกรไทย สาขาหล่มสัก จังหวัดเพชรบูรณ์ เห็นว่าชุมชนที่ทำการเกษตรแบบเศรษฐกิจพอเพียงจะทำให้เกิดความพึงพอใจในชีวิตได้ ร้อยละ 93.6 เห็นว่าความรู้ความสามัคคีของประชาชนในชุมชนทำให้ชุมชนเข้มแข็ง สามารถพึ่งตนเองได้ และในด้านสุขภาพอนามัย พบว่า ร้อยละ 90.4 เห็นการบริโภคอาหารที่ปราศจากสารเคมีต่างๆ มีผลให้ประชาชนมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น เป็นต้น

จากที่กล่าวมาในข้างต้น ทำให้มองเห็นโดยภาพรวมได้ว่า การจะดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงนั้น สำคัญอยู่ที่ความพึงพอใจในสิ่งที่ตนเป็น พอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่ ไม่ยึดติดกับวัตถุนิยมใดๆ สิ่งเหล่านี้ล้วนแต่เป็นแนวทางที่เอื้อประโยชน์ และเหมาะสมต่อการดำเนินชีวิตของประชาชนชาวไทย ซึ่งส่งผลให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีและยืนยาว มั่นคงได้

ประเวศ วะสี (2542: 4-6) นักวิชาการอีกท่านหนึ่งที่ทำการศึกษาค้นคว้า เกี่ยวกับการดำรงชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งก็ได้เสนอแนวคิดหลักของเศรษฐกิจพอเพียง ดังนี้

“เศรษฐกิจพอเพียง” ไม่ได้หมายถึง การไม่เกี่ยวข้องกับใคร ไม่ค้าขาย ไม่ผลิต ไม่เกี่ยวข้องในเชิงพาณิชย์ แต่หมายถึงความพอเพียงในอย่างน้อย 7 ประการด้วยกัน คือ

1. พอเพียงสำหรับทุกคน ทุกครอบครัว ไม่ทอดทิ้งกัน
2. จิตใจพอเพียง สามารถที่จะรักและเอื้ออาทรต่อผู้อื่นได้ เสียสละเป็น

3. สิ่งแวดล้อมพอเพียง ได้แก่ การรู้จักที่จะอนุรักษ์และเพิ่มพูนสิ่งแวดล้อมรอบ ๆ ตัวเพื่อให้เอื้อประโยชน์ต่อการยังชีพและทำมาหากินในชีวิตประจำวันได้ เช่น การทำเกษตรแบบผสมผสาน เป็นต้น

4. ชุมชนเข้มแข็งพอเพียง คือ การที่ชุมชนสามารถรวมตัวกัน มีความสามัคคีต่อกัน เพื่อสร้างความเป็นปึกแผ่นมั่นคง รวมตัวกันเป็นชุมชนที่มีความเข้มแข็ง ซึ่งจะทำได้แก้ไขปัญหาต่าง ๆ ได้ง่ายด้าย ส่งผลให้ชีวิตมีความสุข มีคุณภาพที่ดี

5. ปัญญาพอเพียง มีการเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ร่วมกัน และสามารถปรับตัวต่อสภาวะการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นได้อย่างต่อเนื่อง

6. อยู่บนพื้นฐานวัฒนธรรมพอเพียง คือ การที่กลุ่มชนมีวิถีการดำเนินชีวิตที่สัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมและรากฐานทางวัฒนธรรมของตน ซึ่งการดำเนินชีวิตภายใต้รูปแบบของการมีวัฒนธรรมและสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสมกับคนนั้น จะไม่ก่อให้เกิดผลกระทบใด ๆ ที่ร้ายแรงต่อคุณภาพชีวิตความเป็นอยู่ของตนได้ เนื่องจากสิ่งเหล่านั้นล้วนแต่เอื้อประโยชน์ต่อครรลองชีวิตของตนทั้งสิ้น

7. มีความมั่นคงในชีวิตพอเพียง ไม่ใช่รูบวาบ เดี่ยวจนเดี้ยวรวย เดี่ยวมีเดี้ยวไม่มี เพราะสิ่งเหล่านี้มีอิทธิพลต่อความมั่นคงทางจิตใจของมนุษย์เราทั้งสิ้น เมื่อใดก็ตามที่มนุษย์เรามีความมั่นคงในชีวิตพอเพียง ก็จะส่งผลให้เป็นบุคคลที่มีสุขภาพจิตดี สามารถอดทนต่อสภาวะที่เกิดขึ้นและผันผวนได้เป็นอย่างดี ดังนั้นเศรษฐกิจพอเพียงที่มั่นคงจึงทำให้มนุษย์เรามีคุณภาพชีวิตที่ดีมีสุขภาพจิตที่ดีได้

จะเห็นได้ว่าการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงหรือเศรษฐกิจสายกลาง เป็นการเชื่อมโยงทุกสิ่งเข้าด้วยกัน ไม่ว่าจะเป็นเศรษฐกิจ จิตใจ สังคม วัฒนธรรม และสิ่งแวดล้อมเชื่อมโยงกับความเป็นประชาสังคม ก่อให้เกิดความเข้มแข็งภายในชุมชนได้ เช่น ผลการศึกษา ของ AreeWongse-Araya (1988: 13-21) เกี่ยวกับการดำเนินโครงการสุพรรณบุรีโปรเจกต์ ตามแนวพระราชดำริขององค์พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ซึ่งวัตถุประสงค์ประการหนึ่งของการดำเนินโครงการนี้ได้แก่ การมุ่งสนับสนุนให้ประชาชนในจังหวัดสุพรรณบุรี ดำรงชีวิตในรูปแบบที่สามารถพึ่งพิงตนเองได้ มีความรัก สามัคคีต่อกันในชุมชน ผลการดำเนินงานของโครงการนี้ก็บรรลุตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ส่งผลให้ชีวิตความเป็นอยู่ของประชาชนใน จังหวัดสุพรรณบุรี ที่เป็นกลุ่มเป้าหมายดีขึ้นและมีคุณภาพชีวิตที่ดีได้

Galtung (1980: 50) กล่าวว่า การพึ่งตนเองคือกระบวนการพลวัตที่มีการเคลื่อนไหวอยู่ในทุกระดับจากระดับปัจเจกชน ชุมชนท้องถิ่น ภูมิภาคและประเทศชาติ การพึ่งตนเองเปรียบเสมือนการที่ชุมชนมีความเป็นเอกภาพ มีอิสรภาพในการดำเนินชีวิต สามารถยืนหยัดได้ด้วยพลัง

ความสามารถของตน ซึ่งการจะพึ่งตนเองได้นั้นจะต้องเริ่มจากการพึ่งตัวของตัวเองก่อนเป็นสำคัญ โดยเฉพาะในสังคมชนบทที่จะมองข้ามความสำคัญของการพึ่งพิงตนเองไม่ได้เลย สอดคล้องกับ อริยัญญา ตัญญูเกตุ (2541: 12) ที่ให้ความเห็นเกี่ยวกับการพึ่งตนเอง โดยการรวมกลุ่มกันในชุมชนนั้น จะทำให้สมาชิกของชุมชนจะตระหนักในพลังและความสามารถของกลุ่มและตนเอง มีความเชื่อมั่นและมุ่งที่จะพึ่งพิงตนในที่สุด นอกจากนี้ยังกล่าวว่าในชุมชนชนบทของไทย ควรเน้นระบบเศรษฐกิจพอเพียงเป็นสำคัญ เนื่องจากต้องการให้ชุมชนผลิตสิ่งที่เอื้อประโยชน์โดยตรงต่อการยังชีพของตน ลดการพึ่งพาอาศัยจากปัจจัยภายนอกให้ได้มากที่สุด ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะบรรลุผลสำเร็จได้ก็ต่อเมื่อมีปัจจัยสี่ของการดำรงชีพที่พอเพียงต่อความต้องการของคนในสังคมนั้นเอง

ตัวอย่างของการดำเนินงานตามทฤษฎีเศรษฐกิจพอเพียง หรือทฤษฎีอื่น ๆ ที่สอดคล้องกัน ดังกล่าวข้างต้น ปรากฏให้เห็นได้ทั่วไป เช่น นายแพทย์อภิสิทธิ์ ธีรวงศ์ รังสรรค์ โรงพยาบาลอุบลรัตน์ จังหวัดขอนแก่น ที่ส่งเสริมให้ชาวบ้านใน 41 หมู่บ้าน ทำการเกษตรแบบผสมผสาน ซึ่งดำเนินการมาแล้วถึง 4 ปีด้วยกัน และผลที่ได้รับก็คือ ชาวบ้านมีอาหารการกินอุดมสมบูรณ์ หลุดพ้นจากสภาวะของลูกหนี้ มีเงินออม สุขภาพสมบูรณ์ แข็งแรง (ประเวศ, 2542: 7) หรือ ความสำเร็จของการก่อตั้งกลุ่มอาชีพแปรรูปและถนอมอาหารบ้านศรีดอนมูล หมู่ที่ 8 ตำบลชมพู อำเภอสารภี จังหวัดเชียงใหม่ ที่ได้รับการสนับสนุนจากองค์กรทั้ง ภาครัฐและเอกชนในการจัดตั้งกลุ่มอาชีพดังกล่าวซึ่งก็ได้ใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่น และวัสดุอุปกรณ์ที่มีอยู่ในท้องถิ่นของตนอย่างคุ้มค่า ประกอบกับความร่วมมือร่วมแรงของคนในท้องถิ่น จนก่อให้เกิดผลสำเร็จดังเช่นทุกวันนี้ (กรมการพัฒนาชุมชน, 2543: 74-86) เป็นต้น

นอกจากนี้บางส่วนของแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10 (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2550) ได้กล่าวถึงเศรษฐกิจพอเพียงไว้ว่าเป็นปรัชญาซึ่งถึงแนวการดำรงอยู่และปฏิบัติตนของประชาชนในทุกระดับ ตั้งแต่ระดับครอบครัวระดับชุมชน จนถึงระดับรัฐ ทั้งในการพัฒนาและบริหารประเทศให้ดำเนินไปใน “ทางสายกลาง” โดยเฉพาะการพัฒนาเศรษฐกิจเพื่อให้ก้าวทันต่อโลกยุคโลกาภิวัตน์ ความพอเพียง หมายถึง ความพอประมาณ ความมีเหตุผล รวมถึงความจำเป็นที่จะต้องมีระบบคุ้มกันในตัวที่ดีพอสมควร ต่อการมีผลกระทบใด ๆ อันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงทั้งภายนอกและภายใน ทั้งนี้จะต้องอาศัยความรอบรู้ความรอบคอบ และความระมัดระวังอย่างยิ่งในการนำวิชาการต่าง ๆ มาใช้ในการวางแผน

และการดำเนินการทุกขั้นตอน และขณะเดียวกันจะต้องเสริมสร้างพื้นฐานจิตใจของคนในชาติ โดยเฉพาะเจ้าหน้าที่ของรัฐ นักทฤษฎี และนักธุรกิจในทุกระดับ ให้มีจิตสำนึกในคุณธรรมความซื่อสัตย์สุจริตและให้มีความรอบรู้ที่เหมาะสม ดำเนินชีวิตด้วยความอดทน ความเพียร มีสติปัญญา และความรอบคอบ เพื่อให้สมดุลและพร้อมต่อการรองรับการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและกว้างขวางทั้งด้านวัตถุสังคม สิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรมจากโลกภายนอกได้เป็นอย่างดี

เป้าหมายของแผนพัฒนาสังคมเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10 ประกอบด้วย

1. การพัฒนาคุณภาพคนและสังคมไทยสู่สังคมแห่งภูมิปัญญาและการเรียนรู้

โดยเร่งสร้างกำลังคนที่มีความเป็นเลิศด้านการสร้างสรรค์นวัตกรรมและองค์ความรู้ใหม่พัฒนาการเรียนรู้และบริหารจัดการองค์ความรู้อย่างเป็นระบบ

2. การสร้างความเข้มแข็งของชุมชนและสังคมให้เป็นรากฐานที่มั่นคงของประเทศ

โดยส่งเสริมการรวมตัวของคนในชุมชน มีการจัดการองค์ความรู้เป็นขั้นบันไดและครบวงจร มีเครือข่ายการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ สร้างความมั่นคงของเศรษฐกิจชุมชน บ่มเพาะวิสาหกิจชุมชนควบคู่กับการพัฒนาความรู้และทักษะในการประกอบอาชีพเพื่อสร้างสรรค์คุณค่าของสินค้าและบริการ รวมทั้งพัฒนากลไกขับเคลื่อนคุณภาพการพัฒนาในชุมชนขณะเดียวกันกระจายอำนาจการจัดการทรัพยากรให้ชุมชนเพื่ออนุรักษ์ฟื้นฟูทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม

3. การปรับโครงสร้างเศรษฐกิจให้สมดุลและยั่งยืน

เพื่อปรับโครงสร้างเศรษฐกิจก้าวสู่เศรษฐกิจที่มีสมรรถนะภาพสมดุลและเอื้อต่อการยกระดับคุณภาพชีวิต ให้มีความสำคัญต่อการพัฒนาคนองค์ความรู้ นวัตกรรมที่เข้มแข็ง และโครงสร้างพื้นฐานทางกายภาพบริการ โลจิสติกส์และระบบสื่อสาร โทรคมนาคมให้มีประสิทธิภาพอย่างทั่วถึงเพียงพอและเทคโนโลยี รวมทั้งการพัฒนาระบบข้อมูลและการวิเคราะห์สถานการณ์เศรษฐกิจและสังคม

4. การพัฒนาบนรากฐานความหลากหลายทางชีวภาพและสร้างความมั่นคงของรากฐานทรัพยากรและคุณภาพสิ่งแวดล้อม

เสริมสร้างให้เกิดความสมดุลระหว่างการใช้ทรัพยากรอย่างรู้คุณค่าและมีประสิทธิภาพกับการอนุรักษ์และทดแทนอย่างเหมาะสม มีฐานทรัพยากรเพื่อการผลิตและสร้างรายได้อย่างต่อเนื่องควบคู่ไปกับการคุ้มครองและใช้ประโยชน์ความหลากหลายทางชีวภาพฟื้นฟูทรัพยากรธรรมชาติและใช้ประโยชน์ให้เหมาะสมกับสภาพพื้นที่ตลอดจนดูแลสิ่งแวดล้อมอย่างยั่งยืน

5. การเสริมสร้างธรรมเนียมปฏิบัติในการบริหารจัดการประเทศสู่ความยั่งยืน

โดยการปรับระบบบริหารจัดการภาครัฐให้มีประสิทธิภาพคุณภาพและคล่องตัวมากขึ้น มีความโปร่งใส ตรวจสอบได้ ส่งเสริมระบบบริหารราชการในสังคม รวมทั้งเสริมสร้างความเชื่อมั่นของประชาชนในการดำเนินงานของภาคเอกชนและภาครัฐในทุกระดับ โดยการยึดประชาชนเป็นศูนย์กลางมุ่งเน้นประโยชน์สุขของชาติและประชาชนเป็นสำคัญ

2. ทฤษฎีและแนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิต

พุทธศาสนาได้กล่าวไว้ว่า มนุษย์เป็นอินทรีย์พลวัติ (Dynamic Organism) ที่ดิ้นรนโลดแล่นไปเพื่อแสวงหาวัตถุ และเหตุการณ์มาตอบสนองต่อตัณหาหรือความอยากต่าง ๆ ไม่มีที่สิ้นสุด และความอยากนี้เองที่ผลักดันให้มนุษย์ปรุงแต่งพฤติกรรมไปได้ต่าง ๆ นา ๆ ตัณหาของมนุษย์ก็ยากที่จะกำหนดขอบเขตแน่นอนลงไปได้ (วไลพร, 2527: 67) นอกจากนี้ท่านพุทธทาสภิกขุ (2541: 7-8) ได้กล่าวไว้ว่า ธรรมชาติของคนเมื่อแรกเกิดมายังไม่สมบูรณ์ต้องผ่านการอบรมกันอีกมากมายทั้งทางร่างกายและทางจิตใจ การที่จะเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ คือ เป็นผู้มีจิตใจสูง จะต้องอยู่เหนือปัญหาชนิดที่กิเลส ตัณหา อุปาทาน อันเป็นเหตุแห่งทุกข์ท่วมทับไม่ได้ เช่นเดียวกับที่พระราชนิโรธรังสี คัมภีร์ปัญญาวิชัย (จิเรองรอง, 2540: 25-30) ได้กล่าวถึง ธรรมชาติของมนุษย์ไว้ว่า มนุษย์เกิดมาถูกปกคลุมด้วยอำนาจของกิเลสต่าง ๆ มีความปรารถนาไม่สิ้นสุด ทำให้มองไม่เห็นความต้องการของผู้อื่นและความต้องการของตนเอง จึงต่างพากันดิ้นรนเพื่อหนีทุกข์และให้ได้รับความสุขตามความต้องการ แต่การดิ้นรนนั้นเป็นไปในทางที่ไม่ถูกต้อง ทำให้กลับเกิดทุกข์ทวีเพิ่มขึ้นกว่าเดิม แม้แต่ความสุขที่ได้รับแล้วนั้นก็ไม่ใช่เป็นสุข จึงต้องดิ้นรนเพื่อแสวงหาความสุขอันยังมิได้รับให้วุ่นวายขึ้นไปอีก และ Maslow (1970 : 69-80) ได้เสนอทฤษฎีลำดับขั้นของความต้องการมีสมมติฐานว่า “มนุษย์มีความต้องการอยู่เสมอไม่มีที่สิ้นสุด เมื่อความต้องการอย่างหนึ่งได้รับการตอบสนองหรือพึงพอใจ ความต้องการอื่นๆ ที่สูงขึ้น ความต้องการอีกอย่างหนึ่งก็จะเกิดขึ้นได้” ความต้องการของมนุษย์จะเป็นไปตามลำดับขั้น ดังนี้

1. ความต้องการทางด้านร่างกายเป็นความต้องการขั้นพื้นฐานของมนุษย์ และเป็นสิ่งจำเป็นที่สุดในชีวิต ได้แก่ อาหาร อากาศ ที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม ยารักษาโรค ความต้องการการพักผ่อน และความต้องการทางเพศ
2. ความต้องการทางด้านความปลอดภัยเป็นความรู้สึกที่ต้องการความมั่นคงปลอดภัยในชีวิต ทั้งในปัจจุบันและอนาคต ซึ่งรวมถึงความก้าวหน้าและความอบอุ่นใจ
3. ความต้องการทางด้านความรัก ความเป็นเจ้าของ เมื่อความต้องการทางด้านร่างกาย และความปลอดภัยได้รับการตอบสนองแล้ว ความต้องการทางด้านสังคมก็จะเริ่มเป็นสิ่งจูงใจที่สำคัญ

ต่อพฤติกรรมของบุคคล เป็นความต้องการที่สังคมยอมรับตนเข้าเป็นสมาชิกได้รับการยอมรับจากคนอื่น ๆ ได้รับความเป็นมิตร และความรักจากเพื่อนร่วมงาน

4. ความต้องการมีเกียรติยศและชื่อเสียงเป็นความต้องการขั้นสูง ซึ่งได้แก่ ความต้องการอำนาจ ความสำเร็จ สถานภาพสูง ชื่อเสียง การยกย่อง เป็นต้น ความต้องการชนิดนี้แบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ ความภูมิใจในตัวเองกับการที่ผู้อื่นให้การยกย่องให้เกียรติหรือได้รับการยกย่องจากผู้อื่น

5. ความต้องการที่จะได้รับความสำเร็จตามความนึกคิดเป็นความต้องการระดับสูงสุด เป็นความต้องการที่ยากจะให้เกิดความสำเร็จในทุกสิ่งทุกอย่าง ตามความนึกคิดของตนเอง เป็นความต้องการที่ยากแก่การเสาะแสวงหามาได้

2.1 ความหมายของคุณภาพชีวิต

ปัจจุบัน นักวิชาการหลายท่านให้คำจำกัดความหรือความหมายของคำว่า “คุณภาพชีวิต” กันอย่างกว้างขวาง ซึ่งมักจะเป็นความหมายที่มีความคล้ายคลึง สอดคล้องกัน ดังต่อไปนี้

ระวี ภาวิไล (2523: 19, อ้างถึงในนิติตปริญญาโท สาขาพัฒนาสังคม รุ่น 32, 2543: 15) ได้ให้ความหมายของ คุณภาพชีวิต หมายถึง ชีวิตที่มีคุณภาพพึงประสงค์ คือ ชีวิตที่อาศัยสภาพแวดล้อมทั้งปวงเอื้ออำนวยสุขภาพทางกาย เพื่อเป็นรากฐานของสันติภาพทางจิตใจทำให้เกิดบูรณาการทางความรู้สึคนึกคิดที่ตามศักยภาพ มนุษย์มีความสามารถสร้างสรรค์และผลิตผลรวมกันเข้าเป็นสังคมที่มั่นคงผาสุกสมบูรณ์และปราศจากความขัดแย้ง

นิพนธ์ คันธเสวี (2525: 2) กล่าวว่า คุณภาพชีวิต คือ ระดับสภาพการดำรงชีพของมนุษย์ ตามองค์ประกอบของชีวิต อันได้แก่ ร่างกาย อารมณ์ สังคม ความคิด และจิตใจ ซึ่งแต่ละคนก็จะมีแตกต่างกันไป ไม่ทัดเทียมกัน

สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (2528: 1) ให้ความหมายว่า คุณภาพชีวิต คือ การดำรงชีวิตของมนุษย์ในระดับที่มีความเหมาะสมตามความจำเป็นพื้นฐานในสภาวะการณ์ของสังคมในช่วงเวลาหนึ่ง ซึ่งองค์ประกอบพื้นฐานที่สำคัญและเหมาะสม อย่างน้อยก็น่าจะประกอบด้วย มีอาหารเพียงพอ มีเครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัยเหมาะสม รวมถึงได้รับการพื้นฐานที่จำเป็นต่อการดำรงชีพทั้งด้านเศรษฐกิจและสังคม

ประสงค์ เต็มชวลา (2529: 17) กล่าวว่า คุณภาพชีวิตที่ดี ได้แก่ การมีสุขภาพที่สมบูรณ์แข็งแรง มีความรู้ ความสามารถในการแก้ไขปัญหาในครอบครัวได้เป็นอย่างดี ฟังฟังตนเองได้โดยไม่ก่อให้เกิดเป็นภาระต่อสังคม

พัฒนา กิติพราภรณ์ (2531: 42-46) ให้นิยามว่า คุณภาพชีวิต คือ ชีวิตที่มีความสุขอันเนื่องมาจาก 1) สุขทางกาย คือ การมีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดี สุขภาพดี มีสาธารณูปโภคที่ดี มีสภาพแวดล้อมที่ดี รวมถึงมีการพักผ่อน สันทนาการที่ดีด้วย 2) สุขทางใจ อันเนื่องมาจาก การรู้จักความพอดี พอใจในสภาพที่เป็นอยู่ เห็นคุณค่าของตนเอง อุดหนุน เสียสละ รัก ห่วงใย และเอื้อเฟื้อต่อผู้อื่น

อัจฉรา นวจินดา และ ขจีรัต ภิรมย์ธรรมศิริ (2532: 18) ให้ความหมายของคำว่า คุณภาพชีวิตโดยเน้นที่ความพึงพอใจเป็นสำคัญ คือ ความรู้สึกพึงพอใจของบุคคล เพื่อให้มีความมียุทธศาสตร์ชีวิตมีนัยที่เป็นบวกต่อการดำรงชีวิตในแนวทางที่บุคคลพึงปรารถนา และเป็นผลมาจากการมีสุขภาพกายและสุขภาพใจดี

สุพรรณิ ไชยอำพร และ สนิท สมักรการ (2534: 12) ให้คำจำกัดความของคำว่าคุณภาพชีวิตดังนี้ คือ สภาพของการดำรงชีวิตที่สร้างความพึงพอใจให้กับมนุษย์ในช่วงเวลาหนึ่ง ซึ่งความพึงพอใจเหล่านั้น สามารถนำไปวัดหรือประเมินผลได้ ไม่ว่าจะเป็นความพึงพอใจส่วนบุคคลหรือสังคมก็ตาม

Shama (1975) กล่าวว่า คุณภาพชีวิตเป็นเรื่องที่มีความสลับซับซ้อนเนื่องจาก คุณภาพชีวิตเป็นเรื่องของความพึงพอใจอันเกิดมาจากการได้รับสนองตอบต่อความต้องการทางจิตใจและสังคม ทั้งยังเกี่ยวข้องกับความสามารถของสังคมในการตอบสนองต่อความต้องการ พื้นฐานของสมาชิกในสังคมอีกด้วย

จากความหมายที่หลากหลายนั้น ผู้วิจัยได้รวบรวม ศึกษาแนวคิดของคุณภาพชีวิตเพื่อให้สอดคล้องกับแนวคิดในการวิจัยครั้งนี้ คือ

2.2 แนวคิดเชิงความรู้สึกและจิตใจ

สุภาพรรณ โครตรจรัส (2527: 114-116) กล่าวว่า ผู้ที่มีสุขภาพจิตดี มีลักษณะดังนี้ คือ

1. ด้านปัญญา ความคิด ความเข้าใจ เป็นผู้ที่มีการรับรู้ที่ตรงตามความเป็นจริง ใช้สติปัญญาในการพิจารณาตนเองและสิ่งแวดล้อม คิดและทำอย่างมีเหตุมีผล รับรู้และเผชิญปัญหาตามความเป็นจริง เต็มใจที่จะใช้วิธีการแก้ปัญหาโดยตรงในการเผชิญปัญหา

2. ด้านประสบการณ์ทางอารมณ์ สามารถเผชิญความตึงเครียดและความกดดัน ต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดี เมื่อเผชิญปัญหาจะไม่กระทบกระเทือนเกินกว่าเหตุ รักษาอารมณ์ไว้ได้ในระดับสม่ำเสมอแสดงอารมณ์ได้เหมาะสมกับสภาพการณ์ มีความมั่นคงทางอารมณ์ สามารถเอาชนะความขัดแย้งทั้งภายในและภายนอกได้

3. ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม มีมนุษยสัมพันธ์ดี ไม่แยกตัวอยู่คนเดียว หรือแสวงหา กิจกรรมทางสังคมมากเกินไปจนทำให้มีความสัมพันธ์กับผู้อื่นอย่างผิวเผิน หรือพึ่งพิงผู้อื่นจนรู้สึก เป็นภาระ ไม่ได้คบผู้อื่นเพื่อหวังประโยชน์ส่วนตัว ยอมรับและเข้าใจในตนเองและผู้อื่นอย่างแท้จริง มีความจริงใจ มีสัมพันธภาพที่อบอุ่น

4. ด้านการทำงาน ทำงานได้เต็มความสามารถ เลือกอาชีพได้ตรงกับความสนใจและความสามารถของตนเอง รับรู้และรู้สึกว่าตนเป็นประโยชน์กับสังคม มีคุณค่า มีความกระตือรือร้น ในชีวิต มีแรงบันดาลใจ มีพลังในการทำงาน

5. ด้านความรัก สามารถรักได้อย่างแท้จริง เป็นความรักในมนุษยชาติ เป็นความรักที่ ประกอบด้วยความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ความเชื่อถือไว้วางใจ ความใกล้ชิดสนิทสนม ความพึงพอใจเมื่อ เห็นผู้ที่ตนรักมีความสุข รวมทั้งความรักต่อเพศตรงข้าม

6. ด้านตน มีความเข้าใจในตนเอง ยอมรับตนเองรู้ว่าตนเองเป็นใคร ต้องการอะไรในชีวิต ยอมรับข้อบกพร่องและภาคภูมิใจในส่วนตัวของตน สามารถเปิดเผยตัวจริงของตนเองรู้สึกเป็นส่วน หนึ่งของสังคมโดยไม่สูญเสียความเป็นตัวของตัวเอง สามารถพัฒนาตนได้อย่างดีที่สุดตามศักยภาพ ของตนเอง

7. ด้านการเผชิญและควบคุมสิ่งแวดล้อม มีประสิทธิภาพในการเผชิญและควบคุม สิ่งแวดล้อม ใช้สติปัญญาในการเผชิญปัญหา มีอารมณ์มั่นคงสม่ำเสมอ แสดงออกอย่างเหมาะสม

อัมพร โอตระกูล (2540: 14) ได้ให้ความหมายของ “สุขภาพจิตดี” ว่า สุขภาพจิตคือสภาพ ชีวิตที่เป็นสุข มีความสมบูรณ์ทั้งทางกายและทางใจ สามารถปรับตัวหรือความต้องการของตนให้ เข้ากับสภาพแวดล้อม เข้ากับบุคคลที่อยู่ร่วมและสังคมที่เกี่ยวข้องด้วยดี โดยไม่ก่อให้เกิดความ เดือดร้อนให้แก่ตนเองและผู้อื่น ทั้งยังก่อให้เกิดผลดีและประโยชน์สุขแก่ตนเองอีกด้วย

กรมสุขภาพจิต (2541: 26) ให้คำนิยามว่า “สุขภาพจิตดี” คือ สภาพชีวิตที่เป็นสุขอันเป็นผล มาจากมีวิสัยทัศน์ มองโลก รวมทั้งสามารถจัดการกับความเครียดอารมณ์ และการแสดงออกต่อตนเอง ผู้อื่นและสังคมอย่างเหมาะสม และสร้างสรรค์ภายใต้สภาพแวดล้อมและเวลาที่เปลี่ยนแปลง

องค์การอนามัยโลก (World Health Organization, 1976 อ้างถึงใน ญัตติวัน, 2544: 4) ได้ให้ ความหมาย “สุขภาพจิตดี” ว่าเป็นความสามารถของบุคคลที่จะปรับตัวให้มีความสุข สามารถอยู่ใน สังคมและสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็วได้เป็นอย่างดี มีสัมพันธภาพอย่างดีงามกับ บุคคลอื่น และดำรงชีวิตอยู่ได้ด้วยความสะดวกอย่างสุขสบาย รวมทั้งสามารถตอบสนองความ ต้องการของตนเองได้โดยไม่มีข้อขัดแย้งภายในจิตใจ โดยมีได้หมายความว่าเฉพาะเพียงแต่ปราศจาก อาการของโรคจิต โรคประสาทเท่านั้น

2.3 แนวคิดเชิงสภาวะร่างกายและสภาพแวดล้อม

เป็นแนวคิดที่แสดงความหมายของคุณภาพชีวิตในลักษณะที่เป็นรูปธรรมด้านความสุขสมบูรณ์ทางกายภาพ และมีความสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อม

ชัยวัฒน์ ปัญญาพงศ์ (2523: 138) คุณภาพชีวิต หมายถึง ชีวิตที่ไม่เป็นภาระและไม่ก่อให้เกิดปัญหาแก่สังคม เป็นชีวิตที่สมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจ

Harland (1972: 1 อ้างถึงใน อัจฉราและขจีจรัส, 2532: 7) คุณภาพชีวิต หมายถึง สภาวะของการมีสภาพทางกาย จิตใจและอารมณ์ดี การมีสภาพแวดล้อมที่ปราศจากมลภาวะ

Frader (1976: 12 อ้างถึงใน อัจฉราและขจีจรัส, 2532: 8) คุณภาพชีวิต หมายถึง ความสัมพันธ์ทุกด้านระหว่างบุคคลกับสังคมและสิ่งแวดล้อมตามธรรมชาติที่บุคคลอาศัยอยู่ แต่ละด้านจะมีความเฉพาะในการสนองความต้องการของบุคคล

2.4 องค์ประกอบของคุณภาพชีวิต

ยุพา อุดมศักดิ์ (2516: 41-42) กล่าวว่า คุณภาพชีวิตของประชาชนในสังคม ควรประกอบด้วยสุขภาพทั้งกายและใจ การศึกษา เศรษฐกิจและอาชีพ การเมืองการปกครอง ศาสนา สิ่งแวดล้อมสวัสดิการสังคมอื่น ๆ

อัจฉรา นวจินดา และ ขจีจรัส ภิรมย์ธรรมศิริ (2532: 8-9) ให้ความเห็นว่า องค์ประกอบหรือปัจจัยที่มีผลต่อคุณภาพชีวิต ควรเป็นปัจจัยที่มีผลโดยตรงต่อการมีสุขภาพกาย สุขภาพจิตของบุคคล ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับระดับของการศึกษาแตกต่างกันไป ซึ่งแบ่งเป็น

1. องค์ประกอบหรือปัจจัยระดับจุลภาค อันได้แก่ ปัจจัยสี่ น้ำ อากาศ การศึกษา ความรัก ความมั่นคง ปลอดภัย การมีงานทำ มีรายได้ การมีอิสระ เสรีภาพ การเลื่อนฐานะทางสังคม สุขภาพ และความเจ็บป่วย เกียรติยศ ชื่อเสียง เป็นต้น

2. องค์ประกอบหรือปัจจัยระดับจุลภาคและมหภาค เป็นปัจจัยที่มีเป็นตัวแปรสำคัญในการคาดประมาณความมีคุณภาพชีวิตของบุคคลในระดับชุมชนหรือในประเทศได้ เช่น ระดับการดำรงชีวิต (ปัจจัยขั้นพื้นฐาน) ทรัพยากร (ทรัพยากรมนุษย์และธรรมชาติ) ประชากร (โครงสร้างประชากร) ระบบสังคมและการเมือง เป็นต้น

มะเต๋อ เสมอ (2532: 5-6) กล่าวว่า การพัฒนาคุณภาพชีวิต ควรเริ่มจากตนเองก่อนเป็นสิ่งสำคัญ ซึ่งการพัฒนาคุณภาพชีวิตส่วนตน น่าจะพัฒนาให้มีสุขภาพร่างกายที่สมบูรณ์ แข็งแรง จิตใจเข้มแข็ง มั่นคง อดทน พร้อมทั้งจะเผชิญอุปสรรคในชีวิตได้ทุกเมื่อ และทุกรูปแบบ นอกจากนี้ยังต้องมีการพัฒนาความรู้ ความสามารถ ให้มีงานทำเพื่อเป็นการพัฒนาความคิด ความฉลาดทางอารมณ์ด้วย ให้มีรายได้ มีงานทำเพียงพอที่จะส่งเสริมให้ชีวิตของตนและครอบครัวมีความสุขได้ ดังนั้น

เรื่องของคุณภาพชีวิตจึงเป็นประเด็นหนึ่งที่น่าสนใจ และเป็นประเด็นที่มีความสำคัญต่อการเสริมสร้างรากฐานชีวิตที่ดีของประชาชนเพื่อการพัฒนาประเทศที่ยั่งยืนได้

เมื่อส่วนหนึ่งที่สำคัญต่อการพัฒนาประเทศ คือ การให้ประชาชนมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น การส่งเสริม สนับสนุนให้ประชาชนได้รับความจำเป็นขั้นพื้นฐานตามมาตรฐานที่แต่ละสังคมกำหนด จึงเป็นสิ่งที่มีความสำคัญตามไปด้วยนั่นเอง ซึ่งโครงการพัฒนาสังคมแห่งชาติ สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ หรือ สศช. ได้กำหนดมาตรฐานของความจำเป็นขั้นพื้นฐานว่าอย่างน้อยควรมีด้วยกัน 8 ประการ (ศูนย์ประสานคู่มือการพัฒนาชนบทแห่งชาติ, 2528: 44-49) ได้แก่

1. สมาชิกในครอบครัวได้บริโภคอาหารที่ถูกสุขลักษณะ และเพียงพอต่อความต้องการของร่างกาย
2. สมาชิกในครอบครัวมีที่อยู่อาศัยและสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม
3. ประชาชนมีโอกาสเข้าถึงบริการสังคมขั้นพื้นฐานที่มีความจำเป็นต่อการดำรงชีวิตและการประกอบอาชีพ
4. ประชาชนมีความมั่นคง ปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน
5. ประชาชนมีประสิทธิภาพ มีศักยภาพในการผลิตหรือหาอาหาร
6. ประชาชนสามารถควบคุมช่วงเวลาและจำนวนของการมีบุตรได้ตามต้องการ สามารถวางแผนคุมกำเนิดได้
7. ประชาชนมีส่วนร่วมในการพัฒนาชีวิตความเป็นอยู่และสามารถกำหนดวิธีการดำเนินชีวิตของชุมชนของตนได้
8. ประชาชนมีการพัฒนาจิตใจของตนสม่ำเสมอ

จากที่กล่าวมาข้างต้น จะเห็นได้ว่าการจะมีคุณภาพชีวิตที่ดีนั้น จำต้องเริ่มต้นจากการมีรากฐานชีวิตที่ดีเป็นสำคัญ สอดคล้องกับมาตรฐานของความจำเป็นขั้นพื้นฐาน ดังที่สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ หรือ สศช. ได้กำหนดไว้ ทั้งนี้ก็มีนักวิชาการหลายท่านที่ได้ให้แนวคิดเกี่ยวกับองค์ประกอบของการมีคุณภาพชีวิต ดังนี้

Campbell (1972: 51 อ้างถึงใน อัจฉรา และ ขจีจิรัส, 2532: 9) เสนอความคิดเห็นว่าคุณภาพชีวิตที่ดี ต้องมีองค์ประกอบด้วยกัน 3 ด้าน คือ

1. ด้านกายภาพ ประกอบด้วย ปัจจัยด้านมลภาวะ ความหนาแน่นของประชากร และสภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัย
2. ด้านสังคม ประกอบด้วย ปัจจัยด้านการศึกษา สุขภาพอนามัย ความมั่นคง เป็นปีกแผ่นของครอบครัว

3. ด้านจิตวิทยา ประกอบด้วย ความพึงพอใจ การประสบผลสำเร็จ ความผิดหวังคับแค้น คับข้องใจ

ปัจจัยดังกล่าวข้างต้นสอดคล้องกับสภาพชีวิตของมนุษย์ซึ่งประกอบไปด้วย 2 ส่วนใหญ่ ๆ คือ ชีวิตและจิตใจ ดังนั้นคุณภาพชีวิตของบุคคลจึงหมายถึง การที่บุคคลแต่ละบุคคลมีสุขภาพกาย และสุขภาพจิตที่ดีซึ่งอัจฉรา นวจินดา และ ขจีจรัส ภิรมย์ธรรมศิริ (2532: 11-13) เห็นว่า คุณภาพชีวิต คือ คุณภาพของร่างกายและคุณภาพของจิตใจ ดังนั้น คุณภาพชีวิตด้านร่างกายหรือด้านกายภาพจึงสามารถวัดได้ด้วย “สุขภาพกาย” และคุณภาพชีวิตด้านจิตใจก็สามารถวัดได้ด้วย “สุขภาพจิตใจ” เมื่อใดก็ตามที่บุคคลมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี บุคคลผู้นั้นก็จะมีคุณภาพชีวิตที่ดีตามไปด้วย

พระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว (ณัฐวัน, 2544: 3) ทรงมีพระราชดำรัสถึงสุขภาพจิตและสุขภาพกายไว้ว่า สุขภาพจิตสำคัญกว่าสุขภาพกายด้วยซ้ำ เพราะว่าคนไหนที่ร่างกายสมบูรณ์แข็งแรงแต่จิตใจฟั่นเฟือนไม่ได้เรื่องนั้น ถ้าทำอะไรก็ยุ่งกันใหญ่ กายที่แข็งแรงนั้นจะไม่เป็นประโยชน์ต่องานหรือสังคมอย่างใด ส่วนคนที่สุขภาพกายไม่สู้แข็งแรงต่อสุขภาพจิตดี หมายความว่า จิตใจดี รู้จักจิตใจของตัวเองและรู้จักปฏิบัติให้ถูกต้อง ย่อมเป็นประโยชน์ต่อตัวเอง และเป็นประโยชน์ต่อสังคมได้มาก ในที่สุดสุขภาพจิตที่ดีก็อาจจะพามาซึ่งสุขภาพกายดีได้

จากที่กล่าวมาข้างต้นจึงสรุปได้ว่า องค์ประกอบของคุณภาพชีวิตที่มีอิทธิพลต่อการมีคุณภาพชีวิต จะประกอบด้วย 2 ปัจจัย คือ

1. ปัจจัยที่สำคัญต่อการดำรงชีพ ซึ่งมักจะเป็นองค์ประกอบทางด้านกายภาพที่สามารถวัดและนับได้ เช่น อาหาร น้ำ ยารักษาโรค เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย สุขภาพพลานามัย การศึกษารายได้ เป็นต้น

2. ปัจจัยที่ก่อให้เกิดความพึงพอใจในชีวิต ทำให้มีสุขภาพจิตที่ดี ซึ่งเป็นองค์ประกอบที่มีความเกี่ยวข้องกับสัมพันธ์กับความรู้สึกนึกคิดของมนุษย์ เช่น ความมั่นคงในหน้าที่การงาน เกียรติยศชื่อเสียง เสรีภาพในชีวิต ครอบครัว ชุมชน สังคม สิ่งแวดล้อม และการเมืองการปกครอง เป็นต้น

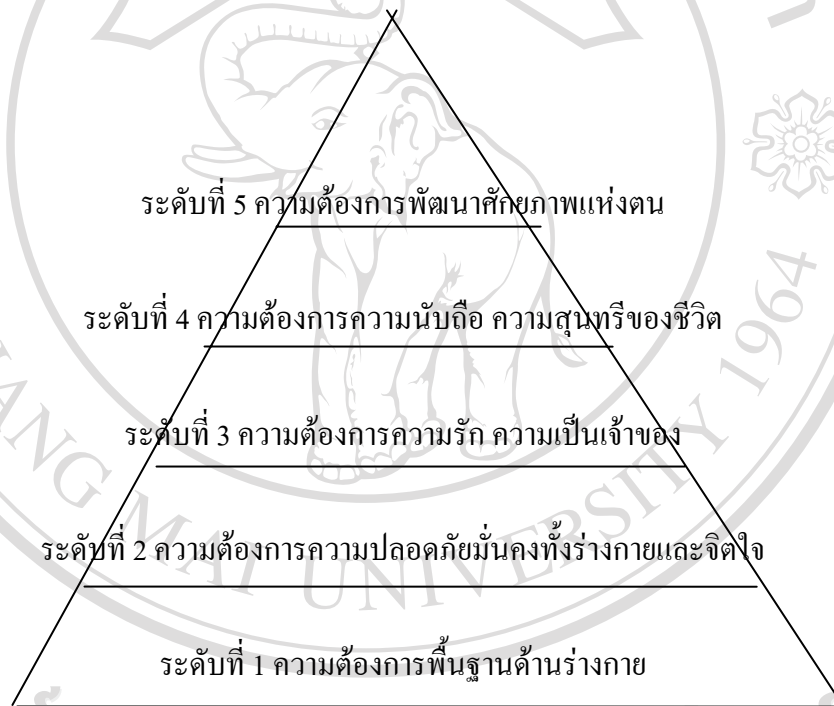
2.5 แบบจำลองของคุณภาพชีวิต

อัจฉรา นวจินดา และ ขจีจรัส ภิรมย์ธรรมศิริ (2532: 13-18) ได้รวบรวมจากการศึกษาและพบว่าองค์ประกอบคุณภาพชีวิตน่าจะประกอบไปด้วย 2 ส่วน คือ องค์ประกอบด้านกายภาพซึ่งวัดและนับได้ และองค์ประกอบด้านความรู้สึกนึกคิดหรือจิตใจของมนุษย์ซึ่งสอดคล้องกับสภาพ “ชีวิต” ของมนุษย์ ที่ประกอบไปด้วย “ร่างกาย” และ “จิตใจ” “คุณภาพชีวิต” คือ “คุณภาพของร่างกายและคุณภาพของจิตใจ” คุณภาพของร่างกายวัดได้ด้วย “สุขภาพกาย” และคุณภาพของจิตใจ

ก็วัดได้ด้วย “สุขภาพจิตใจ” ดังนั้นคุณภาพชีวิตของบุคคลคือการทำที่บุคคลมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตใจดีซึ่งจะเกิดขึ้นได้ เมื่อบุคคลได้รับสิ่งที่ตอบสนองต่อ “ความต้องการ” ทางร่างกายและจิตใจ

ทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของมนุษย์ที่มีการยอมรับมากที่สุดทฤษฎีหนึ่ง คือ Maslow's Hierarchy Needs แสดงได้ดังภาพที่ 1 ดังนี้

จากที่ทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของมนุษย์มีแนวคิดว่าการต้องการของมนุษย์มีเป็นขั้นตอน มนุษย์จะมีแรงจูงใจให้เกิดการกระทำเพื่อตอบสนองหรือให้ได้รับสิ่งที่ต้องการระดับสูงกว่าต่อเมื่อได้รับสิ่งที่ต้องการระดับต่ำกว่าแล้ว ความต้องการนี้แบ่งออกเป็น 5 ขั้นตอน ดังแผนภาพที่ 1



ภาพที่ 1 แสดงความต้องการของมนุษย์ทั้งด้านร่างกายและจิตใจ

ที่มา: อัจฉรา และจิรัช, 2532: 12

ระดับที่ 1 ความต้องการพื้นฐานด้านร่างกายเป็นความต้องการขั้นพื้นฐานทางร่างกายมนุษย์ เช่นความต้องการอาหาร ที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม และอากาศ เป็นต้น มนุษย์มีแรงจูงใจที่จะมีกิจกรรมในการดำเนินชีวิตทุกวิถีทางเพื่อให้ได้มาซึ่งปัจจัยเหล่านี้ เพราะถ้ามนุษย์ขาดปัจจัยเหล่านี้เท่ากับมนุษย์ขาดสิ่งจำเป็นขั้นพื้นฐาน อันจะทำให้มนุษย์ไม่สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้

ระดับที่ 2 ความต้องการความปลอดภัยมั่นคงทั้งด้านร่างกายและจิตใจ ความต้องการระดับนี้ ส่วนใหญ่เป็นความต้องการที่เป็นนามธรรม คือความรู้สึกที่เกิดขึ้นเมื่อมนุษย์ได้รับความต้องการระดับที่ 1 พอแก่ความต้องการแล้ว เช่น ถ้ามนุษย์มีอาหารบริโภคทุกวัน มีที่อยู่อาศัยที่มั่นคงถาวร มีเครื่องนุ่งห่มที่เพียงพอ ฯลฯ มนุษย์จะมีความรู้สึกปลอดภัยและมั่นคงทางกาย แต่ถ้ามนุษย์ได้รับความรักใคร่ นับถือได้รับความสำเร็จในชีวิต มนุษย์จะมีความรู้สึกปลอดภัยและมั่นคงทางจิตใจ ในทางตรงกันข้าม มนุษย์จะมีความรู้สึกไม่ปลอดภัยมั่นคงทางกาย ถ้าขาดแคลนสิ่งต่างๆ ที่ต้องการทางร่างกาย และรู้สึกไม่ปลอดภัยมั่นคงทางจิตใจ อย่างไรก็ตาม มนุษย์จะไม่มีแรงจูงใจให้มีการกระทำ (แม้จะมีความรู้สึกต้องการ) ที่จะให้ ได้มาซึ่ง ความปลอดภัยและมั่นคงทั้งทางร่างกายและจิตใจถ้าความต้องการระดับ 1 ของมนุษย์ยังไม่ได้รับการตอบสนอง ตัวอย่างเช่น ถ้ามนุษย์ไม่มีเงินซื้ออาหารบริโภค เมื่อความหิวถึงขีดสุด มนุษย์อาจมีการกระทำที่เป็นขโมย เพียงเพื่อให้ได้มาซึ่งสิ่งที่ร่างกายต้องการ (ระดับ 1) ทั้งๆที่รู้โทษของการเป็นขโมย หรือ รู้ถึงความไม่ปลอดภัยของร่างกาย ถ้าถูกเจ้าของจับได้ ถ้าไม่มีบ้านจะอยู่อาศัย มนุษย์อาจจะยอมสร้างเพิงอาศัยอยู่บริเวณใต้สะพานที่ไม่มีน้ำโดยไม่คำนึงถึงมลพิษที่เกิดจากการเผาไหม้หรืออันตรายอันอาจเกิดจากอุบัติเหตุของยานพาหนะต่างๆที่แล่นอยู่เบื้องบน ทั้งนี้เพราะความต้องการที่อยู่อาศัยสำคัญยิ่งกว่าที่จะคำนึงถึงความปลอดภัยมั่นคงทั้งด้านร่างกายและจิตใจ

ระดับที่ 3 ความต้องการความรักและความเป็นเจ้าของเป็นธรรมชาติของมนุษย์เช่นเดียวกันที่จะต้องการความรักความเป็นเจ้าของในสิ่งต่างๆที่เป็นรูปธรรม เช่น ผู้คน สิ่งของ หรือสิ่งที่เป็นนามธรรม เช่น ความสวยงามของทิวทัศน์ ความไพเราะของดนตรี และมนุษย์จะมีแรงจูงใจให้เกิดการกระทำที่จะให้ ได้มาซึ่งความรักและความเป็นเจ้าของในสิ่งต่างๆที่เป็นรูปธรรมและนามธรรม ต่อเมื่อมนุษย์ได้รับการตอบสนองต่อความต้องการระดับที่ 1 และระดับที่ 2 แล้ว トラバิดที่มนุษย์ยังขาดสิ่งที่ต้องการทางด้านร่างกาย เช่น ขาดแคลนอาหาร ขาดแคลนที่อยู่อาศัย ขาดแคลนเครื่องนุ่งห่ม ขาดความรู้สึกปลอดภัยและมั่นคงในชีวิต トラバิดนั้นมนุษย์จะมีแรงจูงใจที่จะคิดรักหรืออยากเป็นเจ้าของสิ่งใด หรือไม่มีความพยายามใดๆที่จะให้ ได้มาซึ่งความรักและความเป็นเจ้าของทั้งโดยตนเองและเพื่อตนเอง

ระดับที่ 4 ความต้องการความยกย่องนับถือและความสุนทรีย์ในชีวิต ความต้องการระดับนี้เป็นความต้องการที่เป็นนามธรรมที่มนุษย์มีแรงจูงใจจะพยายามทำให้เกิดขึ้น เมื่อมนุษย์ได้รับการตอบสนองต่อสิ่งที่ต้องการระดับที่ 1 ระดับที่ 2 และระดับที่ 3 มาแล้ว นั่นคือความต้องการดังกล่าวนี้จะเกิดขึ้นได้ต่อเมื่อมนุษย์มีปัจจัยขั้นพื้นฐานอย่างเพียงพอ มีความรู้สึกปลอดภัยมั่นคงในชีวิต มีเพื่อนหรือผู้คนที่รักใคร่ชอบพอ เมื่อมีปัจจัยต่างๆดังกล่าวนี้แล้ว มนุษย์จะต้องการให้มีคนมายกย่องนับถือ ต้องการการมีชีวิตแวดล้อมที่สวยงาม หรรษา รื่นรมย์ ประดับประดาไปด้วยเครื่องอำนวยความสะดวก

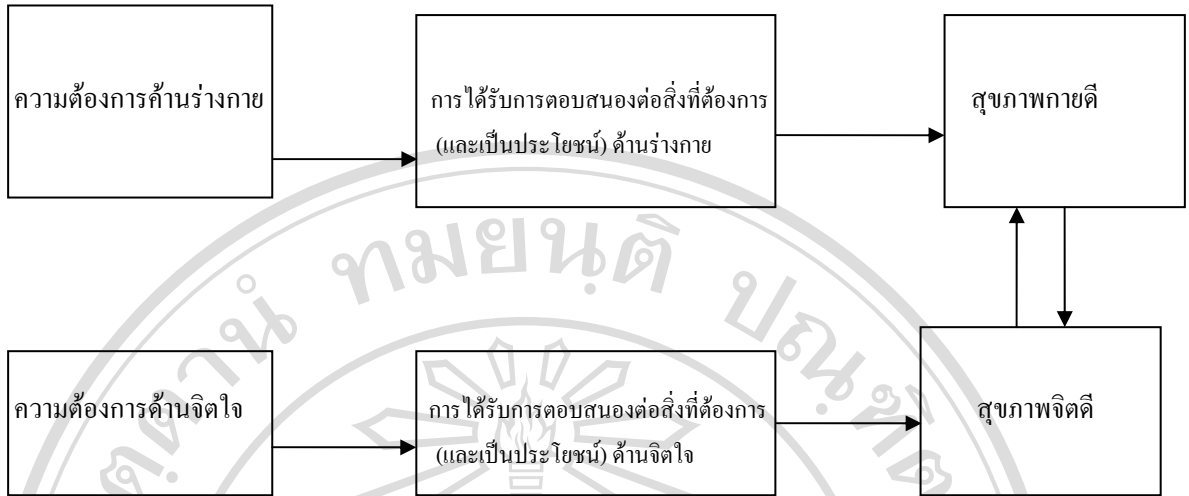
ความสะดวกและสิ่งประกอบเกียรตินิยมมากขึ้น ซึ่งความต้องการกล่าวและความพยายามที่จะกระทำ ให้เกิดขึ้นจะไม่มี ถ้าปัจจัยขั้นพื้นฐาน ระดับที่ 1 ระดับที่ 2 และระดับที่ 3 ยังไม่บังเกิดขึ้น

ระดับที่ 5 ความต้องการพัฒนาศักยภาพแห่งตน ความต้องการขั้นนี้คือการได้แสดงออกให้ เป็นที่ประจักษ์ถึงความสามารถแห่งตนของมนุษย์ เป็นความต้องการที่จะนำชีวิตไปถึงเป้าหมายที่ดี ที่สุดเท่าที่จะทำได้ในชีวิต เป็นความต้องการที่มนุษย์มีแรงจูงใจพยายามจะทำให้เกิดขึ้น เมื่อมนุษย์ ประสบความสำเร็จในการได้รับสิ่งที่ต้องการทั้ง 4 ระดับมาแล้ว เช่น ได้รับสิ่งที่ต้องการทุกระดับ ตั้งแต่ปัจจัยขั้นพื้นฐาน ความปลอดภัยมั่นคง ความเป็นที่รัก และการได้ครอบครองสิ่งที่เป็นที่รัก การได้รับความยกย่องนับถือ และการมีชีวิตที่สุขสบาย เมื่อไม่ต้องดิ้นรนให้พ้นจากความยากลำบาก ใดๆแล้ว มนุษย์จะมีแรงจูงใจและพยายามที่จะแสดงออกให้เป็นที่ประจักษ์ถึงความสามารถของตน ซึ่งความต้องการดังกล่าวนี้จะมี อำนาจ ชื่อเสียง เกียรติยศแฝงอยู่ในความต้องการหรือแรงจูงใจ ดังกล่าวนี้ด้วย

ความต้องการทั้ง 5 ระดับนี้ ไม่จำเป็นต้องคงอยู่ในสภาวะเดิมเสมอไป บุคคลอาจมีความ ต้องการทั้ง 5 ระดับ หมุนเวียนกันไปมาอยู่ตลอดเวลาตามความต้องการด้านต่างๆของชีวิต นั่น หมายความว่าผู้ที่บรรลุความต้องการสูงสุดในชีวิตมาแล้ว ก็สามารถที่จะมีความต้องการระดับต่ำใน เรื่องอื่นๆได้อีกและตลอดเวลา เพียงแต่ว่าในขณะที่ความต้องการระดับต่ำมีอิทธิพลอยู่นั้น บุคคลจะ ไม่มีแรงจูงใจให้เกิดการกระทำใดๆ ที่จะตอบสนองความต้องการระดับสูงกว่าได้ เช่น บุคคลจะไม่มีแรงจูงใจให้เกิดการกระทำใดๆที่จะตอบสนองความต้องการระดับสูงกว่าได้ เช่น นิสิตที่สำเร็จ การศึกษาระดับปริญญาตรีใหม่ๆจะรู้สึกว่าคุณต้องการระดับ 5 คือการบรรลุศักยภาพ แห่งตนแล้ว แต่เมื่อเวลาผ่านไปบัณฑิตผู้นั้นยังไม่สามารถหางานทำได้ ความรู้สึกปลอดภัยมั่นคง ทางจิตใจซึ่งเป็นความต้องการระดับ 2 อาจไม่บังเกิดขึ้น และความต้องการระดับ 3 ระดับ 4 และ ระดับ 5 ก็อาจยังไม่บังเกิดขึ้น ดังนี้ เป็นต้น

ความต้องการของมนุษย์ดังกล่าวมาข้างต้น อาจแยกออกได้เป็น 2 ประเภท คือ ความ ต้องการด้านร่างกายและความต้องการด้านจิตใจ การได้รับการตอบสนองต่อสิ่งที่เป็นประโยชน์ที่ ร่างกายต้องการจะช่วยให้มนุษย์เป็นผู้ที่มีสุขภาพกายดีและการได้รับการตอบสนองต่อสิ่งที่เป็น ประโยชน์ที่จิตใจต้องการจะช่วยให้มนุษย์เป็นผู้สุขภาพจิตดี ดังแผนผังต่อไปนี้

ลิขสิทธิ์ในภาพและข้อความสงวนลิขสิทธิ์
Copyright © by Chiang Mai University
All rights reserved



ภาพที่ 2 ความสัมพันธ์ระหว่างความต้องการกับสุขภาพกายและสุขภาพจิต
ที่มา: อัจฉรา และขจิกรัส, 2532: 14

ความต้องการด้านร่างกายและจิตใจทั้ง 5 ระดับ เป็นความต้องการที่มีผลต่อสุขภาพ ทั้งสุขภาพกายและสุขภาพจิตดังกล่าวมาข้างต้น หากบุคคลมีสุขภาพที่ดีบุคคลจะมีความรู้สึกพึงพอใจในชีวิตและความรู้สึกพึงพอใจนั้นจะเป็นสื่อให้บุคคลประเมินความมีคุณภาพชีวิตตนเองได้

โดยสรุปแล้ว ธรรมชาติจะก่อให้เกิดความต้องการด้านร่างกายและจิตใจเพื่อการดำรงชีวิตของมนุษย์ ธรรมชาติจะกระตุ้นให้บุคคลมีแรงจูงใจที่จะกระทำกิจกรรมเพื่อให้ได้มาซึ่งสิ่งที่ร่างกายต้องการอย่างเพียงพอ จะช่วยเสริมสร้างให้บุคคลนั้นเป็นผู้ที่มีสุขภาพดี และถ้าบุคคลได้รับการตอบสนองต่อสิ่งที่ประ โยชน์ที่จิตใจต้องการอย่างเพียงพอ ก็จะช่วยทำให้บุคคลนั้นเป็นผู้ที่มีสุขภาพจิตดี และเมื่อบุคคลมีทั้งสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี ความพึงพอใจในชีวิตจะบังเกิดขึ้น ความพึงพอใจดังกล่าวนี้จะสื่อให้บุคคลรู้สึกว่าคุณภาพชีวิต

จากเอกสารดังกล่าวมาข้างต้น จะพบว่าความหมายของคุณภาพชีวิต จำแนกออกได้เป็น 2 แนวทาง คือ แนวทางแรกเป็นแนวคิดด้านความรู้สึกและจิตใจ ซึ่งเป็นความรู้สึกของบุคคลที่จะอธิบายว่า เมื่อคนรู้สึกว่าคุณภาพชีวิตนั้นตนรู้สึกอย่างไร อะไรเป็นเครื่องบ่งชี้หรือเป็นเหตุผลให้รู้สึกถึงความมีคุณภาพชีวิต แนวทางที่สองคือแนวคิดเชิงสภาวะร่างกายและสภาวะแวดล้อม เป็นแนวคิดที่บุคคลอื่นจะให้ภาพว่าบุคคลที่มีคุณภาพชีวิตที่สังคมยอมรับนั้นมีลักษณะอย่างไร จากเอกสารที่อ้างมาข้างต้น สรุปแนวคิดด้านความรู้สึกนึกคิดและจิตใจได้ว่า คุณภาพชีวิตของบุคคล คือ ความพึงพอใจต่อการบรรลุความต้องการของตน ตามความหมายดังกล่าวนี้ ถ้าบุคคลมีความพึงพอใจต่อสภาพการได้รับการตอบสนองต่อสิ่งที่ตนต้องการทั้งด้านร่างกายและจิตใจในระดับสูง บุคคลนั้นก็จะรู้สึกว่าคุณภาพชีวิตในระดับสูง แต่ถ้าบุคคลมีความพึงพอใจต่อการได้รับสิ่งที่

สนองต่อความต้องการด้านร่างกายและจิตใจในระดับต่ำ บุคคลผู้นั้นก็จะรู้สึกว่าคุณภาพชีวิตในระดับต่ำไปด้วย สิ่งที่คุณต้องการทั้งในด้านร่างกายและจิตใจจะเป็นองค์ประกอบของคุณภาพชีวิต ซึ่งในระดับพื้นฐานอาจจะต้องการเหมือนกัน แต่จะแตกต่างกันไปเรื่อยๆ ตามระดับของความต้องการที่สูงขึ้นตามแนวคิดของ Maslow ดังนั้นจึงไม่มีกฎเกณฑ์ตายตัวหรือมาตรฐานที่จะใช้ประเมินความรู้สึกพึงพอใจจากการได้รับการตอบสนองต่อสิ่งที่คุณต้องการของบุคคลที่มีสภาวะหรือภูมิหลังแตกต่างกันโดยความหมายนี้ชาวชนบทที่พึงพอใจในสภาพชีวิตของตนที่มีปัจจัยต่างๆ พอดำรงชีวิตอยู่ได้ ก็อาจรู้สึกว่าตนมีคุณภาพชีวิตสูงกว่านักธุรกิจที่มีปัจจัยแวดล้อมสำหรับความสุขสำราญในการดำรงชีวิตแต่ไม่เคยมีความพึงพอใจในปัจจัยเหล่านั้น เนื่องจากไม่ได้รับความสำเร็จในด้านธุรกิจเท่าเทียมคนอื่น การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามแนวคิดแรกจึงเป็นการพัฒนาความรู้สึกนึกคิดของคุณภาพชีวิตของคุณให้มีความรู้สึกพึงพอใจในสิ่งที่คุณมีตามสภาพตน และเนื่องจากความรู้สึกพึงพอใจนี้เป็นสิ่งที่เปลี่ยนแปลงได้ตามปัจจัย สภาพแวดล้อม และระดับความต้องการของบุคคลที่เปลี่ยนแปลงได้ตลอดเวลา ดังนั้นคุณภาพชีวิตของคุณตามความหมายแนวทางแรกนี้จึงเป็นสภาวะที่เปลี่ยนแปลงได้ตลอดเวลา ไม่มั่นคงถาวร

แนวคิดที่สองเป็นแนวทางด้านสภาวะร่างกายและสิ่งแวดล้อม จะเป็นคุณภาพชีวิตของคุณบุคคลตามลักษณะที่คุณคนอื่นประเมินหรือกำหนดให้ในแง่ของความสัมพันธ์กับสังคม จากการศึกษาเอกสารดังกล่าวมาข้างต้นพอจะสรุปได้ว่า บุคคลที่มีคุณภาพชีวิตได้แก่ บุคคลที่มีสุขภาพกายและสุขภาพจิตใจดี และเป็นผู้มีส่วนในการพัฒนาสภาพแวดล้อมด้านเศรษฐกิจและสังคม ถือเป็นบุคคลที่มีชีวิตอยู่อย่างสอดคล้องกับสภาพแวดล้อม ทำประโยชน์ให้แก่สังคมและ/หรือไม่เป็นภาระของสังคม

ความหมายของแนวคิดที่สองนี้จะแตกต่างกับแนวคิดแรก กล่าวคือตามแนวคิดแรกนั้น ไม่ว่าบุคคลจะมีสภาพร่างกายพิการ เจ็บป่วยหรือสิ้นโดยที่จะไม่มีความสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมใดๆ เลยก็ตาม หากบุคคลนั้นมีความพึงพอใจอย่างแท้จริงกับสภาพที่เขาเป็นอยู่ อีกนัยหนึ่งคือความต้องการด้านต่างๆ ในการดำรงชีวิตของเขาขณะนั้นได้รับการตอบสนองจนเกิดความรู้สึกพึงพอใจแล้ว บุคคลนั้นจะรู้สึกว่าตนเองเป็นผู้มีคุณภาพชีวิต ซึ่งถ้าพิจารณาตามแนวคิดที่สองบุคคลนั้นอาจจะไม่มีคุณภาพชีวิต เนื่องจากขาดลักษณะตามเกณฑ์ที่กำหนดว่า บุคคลที่มีคุณภาพชีวิตจะต้องเป็นผู้มีสุขภาพกายและสุขภาพจิตใจดี และเป็นผู้ที่มีส่วนร่วมในการพัฒนาสภาพแวดล้อมด้านเศรษฐกิจและสังคม

เมื่อความหมายของคุณภาพชีวิตอาจมีได้หลายแนวทาง ทั้งที่เป็นความรู้สึกของตนเองและที่เป็นการประเมินโดยบุคคลอื่น การศึกษาครั้งนี้จึงใคร่พิจารณาคำนิยามคุณภาพชีวิตตามแนวคิดทั้งสองผสมผสานกันกับความต้องการของมนุษย์ตามแนวคิดของ Maslow (1954) และระดับคุณภาพชีวิต

ของมนุษย์ตามแนวคิดของ Sharma (1988) ซึ่งอัจฉรา นวจินดา และขจีจรัส ภิรมย์ธรรมศิริ, 2532:(17-18) ได้รวบรวมไว้ จนสามารถสรุปเป็นนิยามคุณภาพชีวิตและอธิบายได้ดังนี้

“คุณภาพชีวิตของบุคคล คือ ความพึงพอใจของบุคคลที่เกิดจากการได้รับการตอบสนองต่อสิ่งที่ต้องการทั้งด้านร่างกายและจิตใจ และการมีส่วนร่วมในการพัฒนาสภาพแวดล้อมด้านเศรษฐกิจและสังคมอย่างเพียงพอให้เกิดการมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี”

ความหมายของนิยามนี้ สามารถอธิบายได้ดังนี้ คือ ตัวบ่งชี้คุณภาพชีวิตของบุคคลอาจหมายถึง “บุคคลที่มีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี” เพราะการที่บุคคลจะมีสุขภาพกายดีได้ต้องผ่านการได้รับสิ่งที่ตอบสนองต่อความต้องการด้านร่างกาย อย่างถูกต้องและเพียงพอ ในทำนองเดียวกัน การที่บุคคลจะมีสุขภาพจิตอยู่ในระดับที่ดี นอกจากจะต้องมีสุขภาพกายดีแล้ว บุคคลยังจะต้องมีความพึงพอใจในการดำเนินชีวิตของตน ซึ่งส่วนหนึ่งจะเกิดขึ้นได้เมื่อบุคคลเป็นที่ยอมรับของกลุ่มบุคคลในสังคมที่ตนเกี่ยวข้อง และการจะเป็นที่ยอมรับได้ดังกล่าวนี้ก็โดยเหตุที่บุคคลนั้นเป็นประโยชน์ต่อสังคมนั้นหรืออีกนัยหนึ่งคือ เป็นผู้ที่มีส่วนร่วมในการพัฒนาสภาพแวดล้อมด้านเศรษฐกิจและสังคมตามบทบาทและหน้าที่ของตนเอง อย่างไรก็ตามสาเหตุที่ไม่สรุปนิยามคุณภาพชีวิตดังกล่าวด้วยเหตุผลต่อไปนี้

ประการที่หนึ่ง การศึกษานี้ประสงค์จะให้ได้นิยามคุณภาพชีวิตที่มีทั้งตัวบ่งชี้และวิธีการพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคคล

ประการที่สอง การที่ต้องกำหนดเรื่องความพึงพอใจตามแนวคิดของ Sharma (1988) และการได้รับการตอบสนองต่อสิ่งที่ต้องการตามแนวคิดของ Maslow (1954) ไว้ในนิยามคุณภาพชีวิต ก็เพื่อให้เห็นวิธีการการพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคคลว่าจะต้องผ่านการได้รับการตอบสนองต่อสิ่งที่บุคคลต้องการทั้งด้านร่างกายและจิตใจอย่างถูกต้อง และเพียงพอจนกระทั่งเกิดความพึงพอใจ ซึ่งวิธีการดังกล่าวนี้หากถูกต้องก็จะมีสิ่งบ่งชี้คือความมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี หากไม่ถูกต้อง ตัวอย่างเช่น มีความต้องการสิ่งที่เป็นโทษต่อร่างกาย เช่น สิ่งเสพติดทั้งหลาย แม้บุคคลจะได้รับการตอบสนองอย่างเพียงพอและเป็นที่พึงพอใจแต่ไม่เกิดผลดีต่อสุขภาพกาย ระดับคุณภาพชีวิตของบุคคลนั้นตามนิยามของการศึกษานี้ก็จะมีระดับลดลง

ประการที่สาม บุคคลที่มีคุณภาพชีวิตน่าจะเป็นบุคคลที่เป็นประโยชน์ต่อสังคม การให้ความหมายแต่เพียงผู้ที่มีสุขภาพจิตดี โดยสมมติฐานว่า บุคคลจะมีสุขภาพจิตดีได้ส่วนหนึ่งเนื่องมาจากการเป็นที่ยอมรับของสังคม ซึ่งสังคมก็ควรจะยอมรับแต่บุคคลที่เป็นประโยชน์ต่อสังคม สมมติฐานนี้อาจไม่เป็นความจริงเสมอไป เพราะสุขภาพจิตอาจมีการพัฒนาได้หลายรูปแบบและในทางตรงข้ามที่บุคคลบางคนอาจมีสุขภาพจิตดีเนื่องจากได้ผลประโยชน์จากการทำลายสภาวะแวดล้อมทั้งด้านเศรษฐกิจและสังคม ดังนั้นเพื่อให้นิยามคุณภาพชีวิตมีนัยที่เป็นบวกต่อสังคม จึงได้

กำหนดพฤติกรรมของบุคคลที่มีคุณภาพชีวิตให้อำนวยประโยชน์ต่อสภาพแวดล้อมทางด้านเศรษฐกิจและสังคมด้วย ดังนั้นนิยามคุณภาพชีวิตจากรายงานวิจัยของอัจฉราและจิรัช (2532:13-18) ประกอบด้วย

1. ความรู้สึกพึงพอใจของบุคคล เพื่อให้ควมมีคุณภาพชีวิตมีนัยที่เป็นบวกต่อการดำเนินชีวิตในแนวทางที่บุคคลปรารถนา และที่เป็นผลมาจากการมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตใจดี
2. การมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตใจดี เพื่อให้ควมมีคุณภาพชีวิตแสดงนัยที่เป็นพลังหรือศักยภาพของ “ชีวิต” ที่ประกอบด้วยร่างกายและจิตใจ และที่จะเป็นเป้าหมายของการได้รับการตอบสนองต่อสิ่งที่ร่างกายและจิตใจต้องการ
3. การได้รับการตอบสนองต่อสิ่งที่ร่างกายและจิตใจต้องการ เพื่อแสดงให้เห็นวิธีการพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคคลว่าจะต้องพัฒนาไปตามความ “ต้องการ” ของชีวิต ซึ่งจะแตกต่างกันตามสภาวะของบุคคล
4. การมีส่วนร่วมในการพัฒนาสภาพแวดล้อมด้านเศรษฐกิจและสังคม เพื่อเป็นกรอบกำหนดวิธีการพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคคลซึ่งนอกจากจะมีผลทางอ้อมต่อสุขภาพกายและจิตใจที่ดี และก่อให้เกิดความสุขความพึงพอใจแล้วยังแสดงนัยที่เป็นบวกต่อสังคมของบุคคลที่มีคุณภาพชีวิตอีกด้วย

3. แนวคิดเกี่ยวกับชุมชน

ประเวศ วะสี (2541: 44) ได้ให้ความหมายของชุมชนว่า หมายถึง การที่คนจำนวนหนึ่งมีวัตถุประสงค์ร่วมกัน มีความเอื้ออาทรต่อกัน มีความพยายามทำอะไรร่วมกัน มีการเรียนรู้ร่วมกันในการกระทำ ซึ่งรวมถึงการติดต่อสื่อสารกันด้วย

กระทรวงมหาดไทย (2542: 3) นิยามความหมายชุมชนว่า เป็นกลุ่มคนที่รวมกันเป็นสังคมขนาดเล็ก อาศัยอยู่ในอาณาบริเวณเดียวกัน และมีประโยชน์ร่วมกัน โดยตามแผนงานนี้ ชุมชนหมายรวมถึงในระดับจังหวัด อำเภอ ตำบล หมู่บ้าน

เดเนียล ชันกีโลวิช (อ้างถึงใน สุชาติ เกตุยา :2542: 18) นักวิจัยสังคมอธิบายคำว่าชุมชนดังนี้ ชุมชนเกิดขึ้นเมื่อแต่ละคนมีความรู้สึกว่าเป็นที่ของฉัน กลุ่มคนเหล่านี้เป็นพวกเดียวกับฉัน ฉันห่วงใยพวกเขาและเขาก็ห่วงใยฉัน ฉันเป็นส่วนหนึ่งของเขา ฉันรู้ถึงสิ่งที่พวกเขาคาดหวังจากฉัน และสิ่งที่ฉันคาดหวังจากพวกเขา ฉันคุ้นเคยกับที่นี่ และรู้ดีที่นี่คือบ้านของฉัน

จะเห็นได้ว่า คำว่า “ชุมชน” มีความหมายในเชิงกระบวนการที่มีพลวัต กล่าวคือ ความเป็นชุมชนจะวัดหรือดูได้จากกิจกรรม หรือการเคลื่อนไหวของกลุ่มคนที่รวมตัวกันว่ามีลักษณะอย่างไร นั่นคือ ลำพังเพียงการรวมตัวกันของคนในหมู่บ้านหรือพื้นที่หนึ่งพื้นที่ใด ไม่เพียงพอที่จะกล่าวได้ว่า ที่นั่นมีความเป็นชุมชน หรือมีองค์กรชุมชน แต่การรวมตัวนั้นจะต้องพิจารณาถึงวัตถุประสงค์ กิจกรรม การมีส่วนร่วมของคนในกลุ่ม และการจัดการกลุ่ม หรือองค์กรนั้นๆ ด้วย (อนุชาติ พวงลำลือ และอรทัย อาจอ้า: 2541: 236)

จากการตรวจเอกสาร งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และศึกษาแนวคิดดังกล่าวข้างต้น จึงสรุปได้ว่าการที่เรามีการดำเนินชีวิตที่ดีโดยยึดหลักแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเพียงในการใช้ชีวิตก็ทำให้เราสามารถใช้ชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข โดยไม่ต้องมีเรื่องเดือดเนื้อร้อนใจเข้ามาในชีวิต การที่คนเราจะมีคุณภาพชีวิตที่ดีนั้นจะต้องประกอบไปด้วยการมีสุขภาพกายที่ดี และมีสุขภาพจิตที่ดีด้วย โดยจะขาดอย่างใดอย่างหนึ่งไปเสียไม่ได้ และการที่เรามีสภาพชีวิตที่ดีก็จะต้องมีการดำเนินชีวิต โดยการนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต แต่อย่างไรก็ตาม มนุษย์เรานั้นเป็นสัตว์สังคม จึงต้องมีการอยู่รวมกันเป็นกลุ่มชุมชน มีการเข้าสังคม ชุมชนนั้นมีความเป็นพลวัต คือการเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ ทั้งในกฎเกณฑ์ ข้อบังคับในการใช้ชีวิตอยู่ร่วมกัน ความเป็นพวกเดียวกัน และใส่ใจในเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างกัน การมีส่วนร่วมในกิจกรรมและการเปลี่ยนแปลงที่มีความเหมาะสมกับการดำเนินชีวิตในทุกๆด้านของคนในชุมชนนั้นๆ โดยที่สมาชิกในชุมชนจะเป็นผู้กำหนด โครงสร้างระเบียบ กติกา และการควบคุมทรัพยากรของตนเองที่มีอยู่ในชุมชน

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved