

การศึกษาการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง
ของบุคลากรโรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ
สังกัดกรุงเทพมหานคร

สารนิพนธ์
ของ
กนกกาญจน์ ฉวีวงศ์

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารการศึกษา
พฤษภาคม 2552

การศึกษาการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง
ของบุคลากรโรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ
สังกัดกรุงเทพมหานคร

สารนิพนธ์
ของ
กนกกาญจน์ ณวิวงศ์

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารการศึกษา
พฤษภาคม 2552
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

การศึกษาการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง
ของบุคลากรโรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ
สังกัดกรุงเทพมหานคร

บทคัดย่อ
ของ
กนกกาญจน์ ฉวีวงศ์

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารการศึกษา
พฤษภาคม 2552

กนกกาญจน์ ฉวีวงศ์. (2552). การศึกษาการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของบุคลากรโรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร. สารนิพนธ์ กศ.ม. (การบริหารการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์:
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ไพโรจน์ กลิ่นกุหลาบ.

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของบุคลากรในโรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร ใน 5 ด้าน ประกอบด้วยด้านจิตใจ สังคม ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม เทคโนโลยี และเศรษฐกิจ

กลุ่มตัวอย่างของการวิจัยครั้งนี้ เป็นบุคลากรในโรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร ในปีการศึกษา 2551 ซึ่งประกอบด้วย 1) ผู้บริหารโรงเรียนจำนวน 8 คน และครูผู้สอน จำนวน 17 คน เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสัมภาษณ์อย่างมีโครงสร้าง ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน พิจารณาตรวจสอบความเที่ยงตรงตามเนื้อหา วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้แบบบรรยายเป็นความเรียง

ผลการวิจัยพบว่า

1. ผู้บริหารและครูผู้สอนพึ่งพาตนเองด้านจิตใจด้วยการปฏิบัติตนให้มีความสุขทางกายและทางใจ มีจิตสำนึกที่ดี มีคุณธรรม จริยธรรม ยึดถือหลักธรรมทางศาสนาเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวทางจิตใจ
2. ผู้บริหารและครูผู้สอนพึ่งพาตนเองด้านสังคมด้วยการใช้ชีวิตอย่างมีความสุขในครอบครัว มีการทำกิจกรรมและแสดงความคิดเห็นร่วมกัน ดำรงชีวิตอย่างมีความสุข ให้ความช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ร่วมมือกันในการทำงาน แก้ไขปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นเพื่อให้การทำงานสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี
3. ผู้บริหารและครูผู้สอนพึ่งพาตนเองด้านทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม โดยใช้ทรัพยากรอย่างประหยัด ให้ความสำคัญและเกิดประโยชน์สูงสุด มีการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมให้ดำรงอยู่และนำวัสดุที่เหลือใช้มาทำให้เกิดประโยชน์
4. ผู้บริหารและครูผู้สอนพึ่งพาตนเองด้านเทคโนโลยีโดยการเลือกและใช้เทคโนโลยีที่เหมาะสม มีการเรียนรู้ แสวงหาความรู้ใหม่ๆ เกี่ยวกับเทคโนโลยีมาใช้ในการศึกษาหาข้อมูลและการติดต่อสื่อสารที่รวดเร็วและใช้เทคโนโลยีให้เกิดประโยชน์ในการดำเนินชีวิต
5. ผู้บริหารและครูผู้สอนพึ่งพาตนเองด้านเศรษฐกิจ ด้วยการดำรงชีวิตอยู่อย่างพอเพียง พออยู่ พอกิน พอใช้ และดำรงชีวิตตามฐานะของตนเอง

A STUDY OF LIVING BY USING THE PRINCIPLE OF SELF RELIANCE FOLLOWING
THE PHILOSOPHY OF SUFFICIENCY ECONOMY OF PRIMARY SCHOOL
PERSONNEL IN PHASI CHAROEN DISTRICT UNDER BANGKOK
METROPOLITAN ADMINISTRATION

AN ABSTRACT
BY
KANOKKARN CHAWEEWONG

Presented in Partial Fulfillment of the Requirements for the
Master of Education Degree in Educational Administration
at Srinakharinwirot University

May 2009

Kanokkarn Chaweewong. (2009). *A Study of Living by Using the Principle of Self Reliance Following the Philosophy of Sufficiency Economy of Primary School Personnel in Phasi Charoen District Under Bangkok Metropolitan Administration*. Master's Project, M.Ed. (Educational Administration). Bangkok: Graduate School, Srinakharinwirot University. Project Advisor: Asst. Prof. Dr. Phairojana Klinkularb.

The purposes of this research were to study the living by using the principle of self reliance following the philosophy of Sufficiency Economy of primary school personnel in Phasi Charoen District under Bangkok Metropolitan Administration in 5 aspects: mentality, society, natural resources and environment, technology, and economy. The samples used for this research consisted of 8 school administrators and 17 teachers who were primary school personnel in Phasi Charoen District under Bangkok Metropolitan Administration in the academic year 2551 B.E. The tool used for data collection was a structured interview questionnaire which 5 experts had confirmed its content validity. The interview results were analyzed and summarized under individual aspects.

Major results were concluded as follow.

1. The school administrators and teachers used the principle of self reliance in terms of the mentality aspect by making themselves happy physically and mentally, having good awareness, morality and ethics, and holding on religious teachings as mental guide.
2. The school administrators and teachers used the principle of self reliance in terms of the society aspect by living happily with family, sharing activities and ideas together, and helping each other, having cooperation and working together, and solving problems to accomplish work.
3. The school administrators and teachers used the principle of self reliance in terms of the natural resources and environment aspect by using resources economically and for optimum benefits. Natural resources and environment were conserved and recycled materials were utilized.
4. The school administrators and teachers used the principle of self reliance in terms of the technology aspect by selecting and employing appropriate technologies, learning and seeking new technological knowledge for data search and fast communication, and using technology in daily life.
5. The school administrators and teachers used the principle of self reliance in terms of the economy aspect by sufficiency living, maintaining life in accordance with their status.

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ประธานคณะกรรมการบริหารหลักสูตร และคณะกรรมการสอบ
ได้พิจารณาสารนิพนธ์เรื่อง การศึกษาการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญา
เศรษฐกิจพอเพียงของบุคลากรโรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ
สังกัดกรุงเทพมหานคร ของ กนกกาญจน์ ฉวีวงศ์ ฉบับนี้แล้ว เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการ
ศึกษาตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารการศึกษา ของ
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์

.....
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ไพโรจน์ กลิ่นกุหลาบ)

ประธานคณะกรรมการบริหารหลักสูตร

.....
(รองศาสตราจารย์ ดร.ทัศนา แสงวงศ์ศักดิ์)

คณะกรรมการสอบ

..... ประธาน
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วีระ สุภากิจ)

..... กรรมการสอบสารนิพนธ์
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ไพโรจน์ กลิ่นกุหลาบ)

..... กรรมการสอบสารนิพนธ์
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เรือโท ดร.ไพบุลย์ อ่อนมั่ง)

อนุมัติให้รับสารนิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารการศึกษา ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

..... คณบดีคณะศึกษาศาสตร์
(รองศาสตราจารย์ ดร.องอาจ นัยพัฒน์)
วันที่ เดือน พฤษภาคม พ.ศ. 2552

ประกาศคุณูปการ

สารนิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จสมบูรณ์ได้ด้วยดี ด้วยความกรุณาของ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ไพโรจน์ กลิ่นกุหลาบ อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ที่ได้กรุณาให้คำแนะนำ คำปรึกษา และข้อคิดเห็นที่เป็นประโยชน์ ตลอดจนช่วยตรวจสอบแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ของสารนิพนธ์ด้วยความเอาใจใส่เป็นอย่างดี ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูง

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. พวงรัตน์ เกษรแพทย์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เรือโท ดร. ไพบุลย์ อ่อนมั่ง ผู้ช่วยศาสตราจารย์วาระ สุภากิจ และอาจารย์ ดร.จารุวรรณ พลอยดวงรัตน์ คณะกรรมการพิจารณาเค้าโครงสารนิพนธ์ และกรรมการสอบสารนิพนธ์ ที่ได้สละเวลาอันมีค่าเพื่อให้คำแนะนำและข้อเสนอแนะในการจัดทำสารนิพนธ์ให้ถูกต้อง และมีคุณภาพตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต

ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ นิภา ศรีไพโรจน์ อาจารย์ภาควิชาการวัดผลและวิจัยทางการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ อาจารย์ ดร.นิตย์ โรจน์รัตนวาณิชย์ อาจารย์ประจำภาควิชาการบริหารการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เรือโท ดร. ไพบุลย์ อ่อนมั่ง อาจารย์บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ นางสาวระวีวรรณ คณิตกุล ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดจันทร์ประดิษฐาราม สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัด กรุงเทพมหานคร และนายประทีป มาสุข ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดชัยฉิมพลี สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร ผู้ที่ให้ความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย และให้ข้อเสนอแนะในการปรับปรุงแก้ไขแบบสัมภาษณ์ให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้บริหารและครูโรงเรียนวัดจันทร์ประดิษฐาราม และโรงเรียนวัดชัยฉิมพลีสำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร ที่ให้ความร่วมมือในการสัมภาษณ์

สุดท้ายนี้ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ บิดา มารดา พี่ น้อง และเพื่อนๆ ทุกคนที่มีส่วนช่วยเหลือและให้กำลังใจตลอดระยะเวลาที่ศึกษาและทำงานวิจัย จนผู้วิจัยสามารถสำเร็จการศึกษา ความดีและประโยชน์ใดๆ ที่ได้รับจากการวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยขอมอบแด่บิดา มารดา และคณาจารย์ทุกท่าน ที่ได้ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ และสั่งสอน อบรมจนส่งผลให้ผู้วิจัยประสบความสำเร็จได้ ณ วันนี้

กนกกาญจน์ ฉวีวงศ์

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ.....	1
ภูมิหลัง.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	4
ความสำคัญของการวิจัย.....	4
ขอบเขตของการวิจัย.....	4
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	5
กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	6
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	9
การบริหารจัดการศึกษาของโรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร.....	10
การจัดการศึกษาของกรุงเทพมหานคร.....	10
ระบบบริหารการศึกษาของกรุงเทพมหานคร.....	11
นโยบายบริหารงานของโรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร.....	12
การนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงสู่สถานศึกษา.....	14
ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง.....	16
ความหมายของปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง.....	17
กรอบแนวคิดของปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง.....	19
เศรษฐกิจพอเพียงกับการพัฒนาคน.....	24
เศรษฐกิจพอเพียงระดับบุคคล.....	25
การดำเนินชีวิตตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง.....	26
ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการดำรงชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง.....	28
การพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง.....	29
ความหมายของการพึ่งตนเอง.....	30
การดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง.....	31
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	46
งานวิจัยในประเทศ	46
งานวิจัยต่างประเทศ	51

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
3	วิธีดำเนินการวิจัย.....
	ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....
	เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....
	การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....
	การเก็บรวบรวมข้อมูล.....
	การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล.....
	สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....
4	ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....
5	สรุป อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ.....
	วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....
	กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย.....
	เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....
	การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล.....
	สรุปผลการวิจัย.....
	อภิปรายผล.....
	ข้อเสนอแนะ.....
บรรณานุกรม.....	79
ภาคผนวก.....	88
ภาคผนวก ก.....	89
ภาคผนวก ข.....	91
ภาคผนวก ค.....	95
ประวัติย่อผู้ทำสารนิพนธ์.....	102

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยจำแนกตามตำแหน่ง รายได้ อายุ และ สถานภาพของครอบครัว.....	53
2 จำนวนและร้อยละสถานภาพทั่วไปของผู้ตอบแบบสัมภาษณ์ จำแนกตามตำแหน่ง รายได้ อายุ และสถานภาพของครอบครัว.....	58

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ	หน้า
1 กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	8
2 แผนภูมิการบริหารการศึกษาของกรุงเทพมหานคร.....	11
3 สรุปปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง.....	20

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 8 (พ.ศ. 2540 - 2544) มีความสำคัญต่อการวางแผนพัฒนาประเทศและเป็นแผนปฏิรูปความคิดและคุณค่าใหม่ของสังคมไทยที่ให้ความสำคัญกับการมีส่วนร่วมของทุกภาคในส่วนสังคม และมุ่งให้ “คนเป็นศูนย์กลางของการพัฒนา” และใช้เศรษฐกิจเป็นเครื่องมือช่วยพัฒนาคนให้มีความสุขและมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น พร้อมทั้งปรับเปลี่ยนวิธีการพัฒนาแบบแยกส่วนเป็นบูรณาการแบบองค์รวม เพื่อให้เกิดความสมดุลระหว่างการพัฒนาเศรษฐกิจ สังคม และสิ่งแวดล้อม แผนพัฒนาฯ ฉบับที่ 9 (พ.ศ. 2545 - 2549) ได้ัญเชิญ “ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง” มาเป็นปรัชญาในการพัฒนาและบริหารประเทศ ควบคู่ไปกับกระบวนการพัฒนาแบบบูรณาการเป็นองค์รวมที่มี “คนเป็นศูนย์กลางการพัฒนา” ต่อเนื่องจากแผนพัฒนาฯ ฉบับที่ 8 โดยให้ความสำคัญกับการแก้ปัญหาจากวิกฤตเศรษฐกิจให้ลุล่วง และสร้างฐานเศรษฐกิจภายในประเทศให้เข้มแข็งและมีภูมิคุ้มกันต่อกระแสการเปลี่ยนแปลงจากภายนอก ขณะเดียวกันก็มุ่งการพัฒนาที่สมดุลทั้งด้านตัวคน สังคม เศรษฐกิจ และสิ่งแวดล้อมเพื่อนำไปสู่การพัฒนาที่ยั่งยืนและความอยู่ดีมีสุขของคนไทยและแผนพัฒนาฯ ฉบับที่ 10 (พ.ศ. 2550 - 2554) จึงต้องมีการเตรียมความพร้อมของคนและระบบให้สามารถปรับตัวพร้อมรับการเปลี่ยนแปลงในอนาคตและแสวงหาประโยชน์อย่างรู้เท่าทันโลกาภิวัตน์และสร้างภูมิคุ้มกันให้กับทุกภาคส่วนตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. 2550: น-บ)

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ ได้มีพระบรมราชโองการโปรดเกล้าฯ ให้สมเด็จพระราชทานแก่นิสิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ในพิธีพระราชทานปริญญาบัตรของมหาวิทยาลัย เมื่อวันที่ 18 กรกฎาคม 2517 ความตอนหนึ่งว่า “...การพัฒนาประเทศจำเป็นต้องทำตามลำดับขั้นต้องสร้างพื้นฐาน คือ ความพอมีพอกิน พอใช้ของประเทศส่วนใหญ่เป็นเบื้องต้นก่อน โดยใช้วิธีการและอุปกรณ์ที่ประหยัด แต่ถูกต้องตามหลักวิชาการ เมื่อได้พื้นฐานความมั่นคงพร้อมพอควรและปฏิบัติได้แล้ว จึงค่อยสร้างค่อยเสริมความเจริญและฐานะเศรษฐกิจขั้นที่สูงขึ้นโดยลำดับต่อไป...” หากมุ่งแต่จะทุ่มเทสร้างความเจริญ ยกเศรษฐกิจขึ้นให้รวดเร็วแต่ประการเดียวโดยไม่ให้แผนปฏิบัติการสัมพันธ์กับสภาวะของประเทศและของประชาชน โดยสอดคล้องด้วย ก็จะเกิดความไม่สมดุลในเรื่องต่าง ๆ ซึ่งอาจกลายเป็นความยุ่งยากล้มเหลวในที่สุด ดังเห็นได้ที่อารยประเทศหลายประเทศกำลังประสบปัญหาทางเศรษฐกิจอย่างรุนแรงในเวลานี้ และข้อความที่สำคัญอีกตอนหนึ่งแห่งพระราชดำรัสที่ได้พระราชทานแก่ผู้ไปเข้าเฝ้าฯ เพื่อถวายพระพรชัยมงคล ณ ศาลาดุสิดาลัย สวนจิตรลดาฯ พระราชวังดุสิต เมื่อวันที่ 4 ธันวาคม 2517 ความว่า “...คนอื่นจะว่าอย่างไรก็ช่างเขา จะว่าเมืองไทยล้าสมัย ว่าเมืองไทยเชย ว่าเมืองไทยไม่มีสิ่งที่สมัยใหม่ แต่เราอยู่พอมีพอกิน และให้ทุกคน

มีความปรารถนาที่จะให้เมืองไทยพอยู่พอกิน มีความสงบ และทำงานตั้งจิตอธิษฐานตั้งปณิธาน ในทางนี้ ที่จะให้เมืองไทยอยู่แบบพอยู่พอกิน ไม่ใช่จะรุ่งเรืองอย่างยอด แต่พอยู่พอกิน มีความสงบเปรียบเทียบกับประเทศอื่น ๆ ถ้าเรารักษาความพอยู่พอกินนี้ได้เราก็จะอดยิ่งยวด ได้..." (อภิชัย พันธเสน. 2544: 3)

เศรษฐกิจพอเพียง คือ เศรษฐกิจที่ตั้งอยู่บนพื้นฐานของความพอดี พอยู่พอกิน พอใช้ ยึดหลักมัชฌิมาปฏิปทาในการดำเนินชีวิต และมีดุลยภาพระหว่างชีวิตกับสิ่งต่าง ๆ ดำเนินชีวิตแบบ พอมีพอกินเป็นสัมมาอาชีวะก่อนเป็นเบื้องต้นจากนั้นจึงพัฒนาไปสู่การกินดีอยู่ดี เศรษฐกิจพอเพียง เป็นปรัชญาหรือแนวคิดโดยมีหลักการและอุดมการณ์ที่ช่วยพัฒนาชีวิตมนุษย์และสังคมไปสู่ความ ยั่งยืนด้วยการรู้จักตนเอง พึ่งตนเอง พอเพียง ไม่โลภมาก มีเหตุผล และไม่ประมาท (เสนห์ จามริก. 2541: 57-83)

หน่วยงานภาครัฐเล็งเห็นความสำคัญของการดำเนินชีวิตแบบพึ่งตนเอง จึงได้มีการเพิ่มความสำคัญของแนวทางการดำเนินชีวิตแบบพึ่งตนเองมากขึ้น โดยมีการบรรจุหลัก "การพึ่งตนเอง" ไว้เป็นยุทธศาสตร์ที่สำคัญของแผนพัฒนาชนบทในประเทศไทยอันเป็นส่วนหนึ่งของแผนพัฒนา เศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ 2541: 1-2)

โรงเรียนประถมศึกษาเป็นส่วนหนึ่งของสังคม มีฐานะเป็นสถาบันและองค์กรทางสังคมที่เกิดขึ้นจากความต้องการและความจำเป็นของสังคม โรงเรียนประถมศึกษามีบทบาทสำคัญในการ เตรียมเยาวชนให้เป็นผู้ใหญ่ที่ดี (สุพันธ์ ยนต์ทอง. 2533: 13) คุณภาพของนักเรียนขึ้นอยู่กับ การจัดการเรียนการสอนของครู โดยเกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์ (2544: 168-170) ได้กำหนด วิสัยทัศน์ครูดีไว้ดังนี้ ครูเป็นคนที่เก่งที่สุดในสังคม เพราะเป็นผู้ที่ต้องสอนทุกคนในสังคม ครูจะต้อง ได้รับคำตอบแทนและสวัสดิการเฉลี่ยมากกว่าคำตอบแทนอาชีพอื่น ๆ ในสังคม เพราะเป็นอาชีพที่มีความสำคัญและภูมิใจให้คนในสังคมเก่งและปรารถนาเรียนสาขาวิชาชีพครู ครูเป็นนักศึกษา หาความรู้อยู่เสมอเพื่อให้ก้าวหน้าตามพรมแดนความรู้ด้านการสอนและวิชาการที่ตนสอน ครูเป็น แบบอย่างชีวิตที่ดีของคนในสังคม เพื่อเป็นแบบอย่างที่ดีแก่สังคมให้คนในสังคมเลียนแบบพฤติกรรมที่ดี ครูมีวิสัยทัศน์ก้าวไกลเพื่อให้เป็นคนที่มีความรู้และก้าวหน้าทันความเจริญก้าวหน้า ของโลกและเปิดใจกว้างไม่ปิดกั้นตนเอง ชอบวางแผนการดำเนินชีวิตล่วงหน้าซึ่งคล้ายกับ สมศักดิ์ ปรีศนันทนกุล (2542: 21) ได้กล่าวถึงครูในยุคปฏิรูปการศึกษาว่า ครูที่สังคมต้องการ คือ ครูที่มีจิตสำนึกและวิญญานความเป็นครู ครูต้องเป็นทั้งผู้สอนและผู้เรียนตลอดชีวิต คุณลักษณะของ ครูไทยจำเป็นที่สุดคือ มีคุณธรรมและจรรยา มีความรักและศรัทธาในวิชาชีพครู มีความรับผิดชอบ มีความเมตตากรุณา มีความรู้ในวิชาชีพครู

ไพบุลย์ วัฒนศิริธรรม. (2551: ออนไลน์) กล่าวว่า ปัจจุบันนี้ครูมีหนี้สินเป็นจำนวนมาก เนื่องจากพึ่งพาตนเองยังไม่ได้ ซึ่งเป็นปัญหาที่สำคัญมาก เพราะครูเป็นบุคลากรที่สำคัญต่อสังคม เป็นผู้ดูแลให้เด็กและเยาวชนเติบโตอย่างมีคุณภาพทั้งสติปัญญา อารมณ์ จิตใจ และสุขภาพด้วย ดังนั้น ครูจึงมีความสำคัญมาก ครูจะทำหน้าที่ได้ดีก็ต่อเมื่อครูมีสุขภาพดีทั้งกายและใจ มีชีวิตมั่นคง

มีจิตใจมั่นคง การมีจิตใจที่ดีจะช่วยให้ปัญญาดี ทำหน้าที่ได้อย่างเต็มที่ สิ่งที่ส่งไปถึงเด็กไม่ใช่แค่คำพูดที่ไปจากบทเรียนหรือคำสอน แต่จะไปทั้งตัวของครู ทั้งกิริยาท่าทางการแสดงออก สิ่งที่มาจากส่วนลึกของหัวใจ ครูจะดีไม่ได้ถ้าข้างในของครูยังมีความเดือดร้อน ครูควรจะเป็นตัวอย่างที่ดีไม่ใช่เฉพาะคำสอน แต่ต้องเป็นแบบอย่างในการดำเนินชีวิต ครูควรจะเป็นผู้ที่ประสบความสำเร็จกับชีวิต จึงจะเป็นตัวอย่างให้กับเยาวชนได้ ดังนั้นการที่ครูมีปัญหาหนี้สินมาก จนกลายเป็นความทุกข์ยากของครูจำนวนแสนๆ คงต้องถือเป็นวิกฤตไม่ใช่เฉพาะของครู แต่ต้องถือว่าเป็นวิกฤตของการศึกษาไทย ควรต้องช่วยกันหาทางแก้ไข และพัฒนาให้ครูมีชีวิตความเป็นอยู่ที่ยั่งยืน มีจิตใจปลอดโปร่ง เพื่อให้ทำหน้าที่ครูได้อย่างดีที่สุด

การเป็นครูที่ดีมีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตที่ดี คือ ลักษณะการดำเนินชีวิตที่มีความสอดคล้องกับความต้องการพื้นฐานที่จำเป็นในการดำรงชีวิตของมนุษย์อย่างมีคุณค่า เช่น การกินดี อยู่ดี ถูกต้องตามสุขลักษณะ มีสุขภาพอนามัยสมบูรณ์ มีงานทำได้เลี้ยงตัวเองและครอบครัวได้ รวมทั้งการเป็นพลเมืองที่ดีของสังคม มีระเบียบวินัย มีคุณธรรม วัฒนธรรมอันดีงาม มีส่วนร่วมในการเสริมสร้างพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมเต็มที่เต็มกำลังความสามารถ และสถานภาพของตัวเอง ซึ่งสอดคล้องกับคำกล่าวที่ว่าครูเป็นบุคลากรที่สำคัญในการถ่ายทอดความรู้และปลูกฝังหลักคิดต่าง ๆ ให้แก่เด็ก โดยครูต้องเข้าใจอย่างถูกต้องสามารถวิเคราะห์ความพอเพียง ทำตัวเป็นแบบอย่างที่ดีในการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง (สำนักงานการศึกษา. 2551:40-41) การดำเนินชีวิตที่ดีควรใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งกรุงเทพมหานครมีโรงเรียนในสังกัดระดับประถมศึกษาอยู่ทุกเขตมีมาตรฐานการศึกษาโรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานครที่กำหนดไว้ว่า โรงเรียนในสังกัดกรุงเทพมหานครจะต้องมีคุณภาพ และมีมาตรฐานทัดเทียมกัน โดยได้นำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้กำหนดเป็นมาตรฐานด้านครูที่ว่า ครูมีคุณธรรม จริยธรรม และคุณลักษณะที่พึงประสงค์ โดยครูนั้นต้องมีการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง มีการปฏิบัติตน ปฏิบัติงานอย่างพอประมาณ มีเหตุผลและมีภูมิคุ้มกัน โดยใช้ความรู้และคุณธรรม เพื่อส่งเสริมให้ครูสามารถพึ่งพาตนเองได้ (สำนักงานยุทธศาสตร์การศึกษา สำนักงานการศึกษา กรุงเทพมหานคร. 2551: 97)

ดังนั้น ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องจึงควรช่วยให้ครูมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น พ้นจากหนี้สินดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขและสามารถพึ่งตนเองได้โดยนำหลักปรัชญา “ เศรษฐกิจพอเพียง ” ในพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ฯ ไปใช้ในการดำเนินชีวิต แก้ปัญหาและพัฒนาชีวิตครูให้มีคุณภาพขึ้นอย่างยั่งยืน

ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของบุคลากรในโรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร โดยศึกษาจากพฤติกรรม การปฏิบัติตนตามหลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง 5 ด้าน ประกอบด้วย ด้านจิตใจ ด้านสังคม ด้านทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ด้านเทคโนโลยี และด้านเศรษฐกิจ ผลการวิจัยจะเป็นประโยชน์ในการส่งเสริมให้บุคลากรได้มีความสุข สามารถดำรงชีวิตประจำวันได้อย่างมั่นคง รู้จักนำความรู้ที่มีอยู่มาใช้อย่างวางแผนและดำเนินการด้วยความรอบรู้

รอบคอบ ระมัดระวัง มีคุณธรรม จริยธรรม อยู่เป็นพื้นฐานของการพึ่งตนเอง เพื่อให้เกิดคุณค่าใหม่ในการดำรงชีวิต ใ้บุคลากรอยู่ดีมีสุขและสังคมอยู่เย็นเป็นสุขร่วมกัน ซึ่งจะส่งผลต่อการพัฒนาการศึกษาของโรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของบุคลากรในโรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร 5 ด้าน คือ ด้านจิตใจ ด้านสังคม ด้านทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ด้านเทคโนโลยี และด้านเศรษฐกิจ

ความสำคัญของการวิจัย

ผลการวิจัยครั้งนี้ ทำให้ทราบถึงแนวทางการปฏิบัติในการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของบุคลากรในโรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร สามารถนำไปเป็นข้อมูลเพื่อการวางแผนส่งเสริมให้บุคลากรมีการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงตามแนวพระราชดำริของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว และเพื่อเป็นแนวทางการพัฒนาบุคลากรให้มีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดียิ่งขึ้น

ขอบเขตของการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ มีขอบเขตของเนื้อหา ประชากร และกลุ่มตัวอย่าง พร้อมทั้งตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย ดังนี้

1. ขอบเขตของเนื้อหา ประกอบด้วย การดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของบุคลากรในโรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร 5 ด้าน คือ ด้านจิตใจ ด้านสังคม ด้านทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ด้านเทคโนโลยี และด้านเศรษฐกิจ

2. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

2.1 ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นบุคลากรที่ปฏิบัติงานในโรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร ในปีการศึกษา 2551 ซึ่งประกอบด้วย ผู้บริหาร และครูผู้สอน จำนวน 133 คน

2.2 กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นบุคลากรในโรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร ในปีการศึกษา 2551 ซึ่งประกอบด้วย

2.2.1 ผู้บริหารโรงเรียน จำนวน 8 คน

2.2.2 ครูผู้สอน จำนวน 17 คน

3. ตัวแปรในการศึกษา

ตัวแปรที่ศึกษา ได้แก่ การดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของบุคลากรใน 5 ด้าน

3.1 ด้านจิตใจ

3.2 ด้านสังคม

3.3 ด้านทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม

3.4 ด้านเทคโนโลยี

3.5 ด้านเศรษฐกิจ

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. บุคลากร หมายถึง ผู้บริหาร และครูผู้สอนในโรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร ในปีการศึกษา 2551

1.1 ผู้บริหารโรงเรียน หมายถึง ข้าราชการครูที่ดำรงตำแหน่งผู้บริหารโรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร ในปี พ.ศ. 2551 ได้แก่ ผู้อำนวยการโรงเรียน รองผู้อำนวยการโรงเรียน หรือผู้ที่รักษาการในตำแหน่ง

1.2 ครูผู้สอน หมายถึง ผู้ที่ทำหน้าที่ปฏิบัติการสอนในโรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2551

1.3 โรงเรียนประถมศึกษา หมายถึง โรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร

2. การดำเนินชีวิต หมายถึง การปฏิบัติตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงในชีวิตประจำวันของบุคลากร

3. เศรษฐกิจพอเพียง หมายถึง การปฏิบัติตนในการใช้จ่ายอย่างประหยัด อดออม มีความเพียงพอ พออยู่ พอกิน และพอใช้ในการดำรงชีวิตประจำวัน มีความพอเพียงในครอบครัว ชุมชน มีความเข้มแข็งช่วยเหลือตนเองได้ วิถีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีสอดคล้องกับหลักธรรม คำสอนในศาสนา มีสังคมที่สงบสุข กินดีอยู่ดีขึ้นและสามารถพึ่งพาตนเองได้

4. การพึ่งตนเอง หมายถึง การปฏิบัติตนของบุคคลที่ดำรงชีวิตอยู่ได้โดยไม่เดือดร้อน ทำตนให้เป็นที่ยิ่งของตนเอง และช่วยเหลือตนเองให้ได้มากที่สุด โดยไม่เป็นภาระคนอื่นมากเกินไป มีความมั่นคงสมบูรณ์ในชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

4.1 ด้านจิตใจ หมายถึง การปฏิบัติตนในการทำสิ่งต่าง ๆ ที่ถูกต้องดีงาม พึ่งพาตนเองได้อย่างมีความสุข ทั้งกายและจิตใจ มีจิตสำนึกที่ดี มีจิตใจเอื้ออาทร ซื่อสัตย์สุจริต มีจิตใจที่เข้มแข็งและมีคุณธรรม จริยธรรม ในการดำรงชีวิต

4.2 ด้านสังคม หมายถึง การปฏิบัติตนในการดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข โดยไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น สามารถพึ่งพาตนเองและพึ่งพาซึ่งกันและกัน ตลอดจนมีการช่วยเหลือซึ่งกันและกันในการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ

4.3 ด้านทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม หมายถึง การปฏิบัติตนในการใช้ทรัพยากรธรรมชาติที่มีอยู่ให้เกิดประโยชน์ มีประสิทธิภาพ การนำวัสดุที่เหลือไปใช้ให้เกิดประโยชน์ และรักษาทรัพยากรธรรมชาติให้ดำรงอยู่ไม่ให้หมดสิ้นไป

4.4 ด้านเทคโนโลยี หมายถึง การปฏิบัติตนในการนำเทคโนโลยีมาทำให้เกิดประโยชน์ เพิ่มประสิทธิภาพการผลิต และมีการประยุกต์ใช้ภูมิปัญญาให้สอดคล้องกับเทคโนโลยีได้อย่างเหมาะสม

4.5 ด้านเศรษฐกิจ หมายถึง การปฏิบัติตนในการทำมาหาเลี้ยงชีพ โดยลดรายจ่าย และยึดหลักพออยู่ พอกิน พอใช้ เพิ่มรายได้ ดำรงชีวิตอย่างพอควร พออยู่ พอกิน สมควรตามอัตภาพและฐานะของตน

5. การดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง หมายถึง การปฏิบัติตนของบุคลากรในโรงเรียนประถมศึกษาที่สามารถพึ่งตนเองได้ มีความพอเพียง พออยู่ พอกิน และพอใช้ในการดำรงชีวิตประจำวัน

กรอบแนวคิดในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของบุคลากร สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร ซึ่งในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำกรอบแนวคิดจากนักการศึกษาหลาย ๆ ท่านมาเป็นกรอบในการวิจัย ดังนี้

1. หลักการพึ่งตนเอง นำแนวคิดของ สุเมธ ตันติเวชกุล (2543: 2) โดยยึดหลักสำคัญ 5 ด้านดังนี้ 1) ด้านจิตใจ 2) ด้านสังคม 3) ด้านทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม 4) ด้านเทคโนโลยี 5) ด้านเศรษฐกิจ ส่วนพินิจมล แก้วมณี (2549: 218) ได้กล่าวถึงการใช้ทรัพยากรอย่างมีประสิทธิภาพและการใช้เทคโนโลยีที่สอดคล้องกับหลักเศรษฐกิจพอเพียง และสมพร เทพสิทธา (2549: 24) กล่าวถึงวิถีชีวิตตามแนวเศรษฐกิจพอเพียงโดยให้สามารถพึ่งตนเองได้ ซึ่งสอดคล้องกับ ปภาณี อาริวงค์ (2550: 20) กล่าวถึงการพึ่งตนเองของแรงงานมี 4 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านสุขภาพ อนามัย 2) ด้านสัมพันธภาพและความอบอุ่นในชุมชน/ครอบครัว 3) ด้านเศรษฐกิจ 4) ด้านความรู้

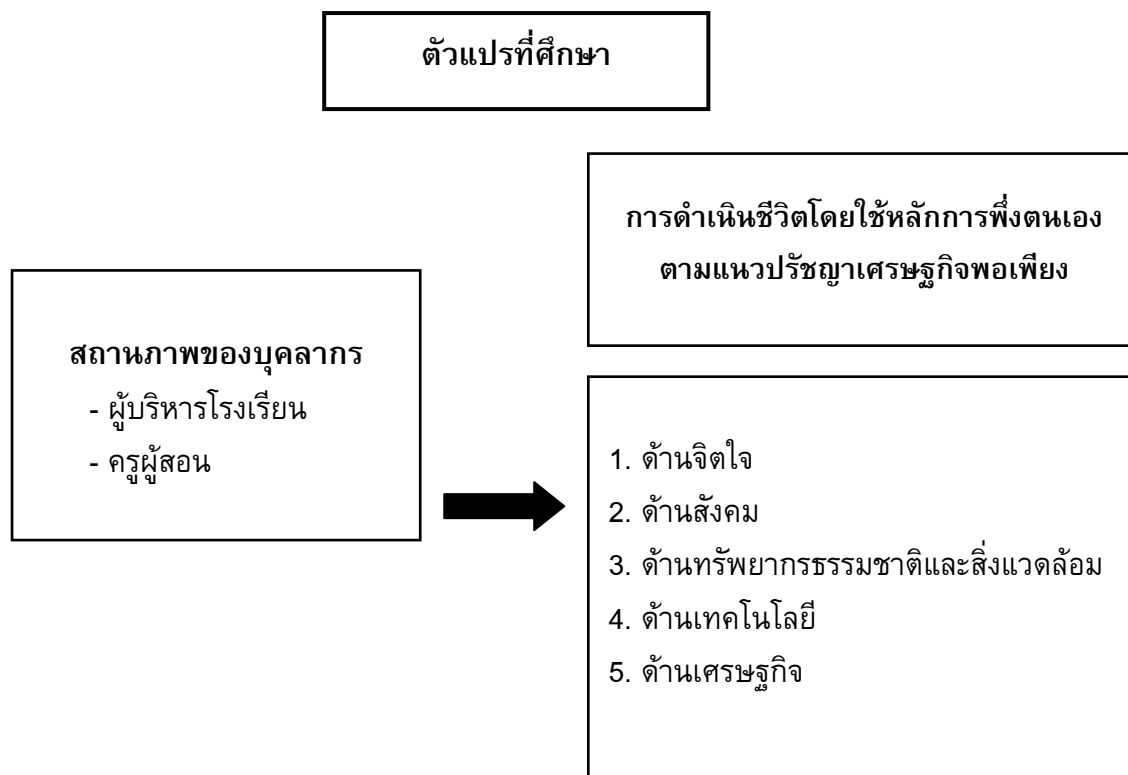
และทักษะในการประกอบอาชีพ ส่วนเพ็ญศรี เปลี่ยนขำ (2550: 30) ได้กล่าวถึงเศรษฐกิจแบบพอเพียงว่าเป็นการยึดเส้นทางสายกลาง (มัชฌิมาปฏิปทา) ในการดำรงชีวิต โดยใช้หลักการพึ่งตนเอง 5 ด้าน คือ 1) พึ่งตนเองด้านจิตใจ เป็นการมีจิตใจที่เข้มแข็ง ต่อสู้กับอุปสรรคต่างๆ ได้ 2) ด้านสังคม แต่ละชุมชนต้องช่วยเหลือเกื้อกูลกัน 3) ด้านทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม การใช้ทรัพยากรที่มีอยู่ให้เกิดประโยชน์สูงสุด 4) ด้านเทคโนโลยี เลือกใช้เทคโนโลยีอย่างมีประสิทธิภาพ 5) ด้านเศรษฐกิจ ความสามารถในการทำมาหาเลี้ยงชีพ

จากการศึกษาเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของบุคลากร สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยได้ใช้หลักการพึ่งตนเองของ สุขเมธ ตันติเวชกุล (2543 : 2) พิมพิมล แก้วมณี (2549: 218) สมพร เทพลีธา (2549: 24) ปภาณี อาริวงส์ (2550: 20) และเพ็ญศรี เปลี่ยนขำ (2550: 30) มาเป็นหลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ดังนี้

- 1.1 ด้านจิตใจ
- 1.2 ด้านสังคม
- 1.3 ด้านทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม
- 1.4 ด้านเทคโนโลยี
- 1.5 ด้านเศรษฐกิจ

2. สถานภาพของบุคลากร ผู้วิจัยศึกษาผลการวิจัยของเฉลิมศรี ชุมเกษียณ (2550: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่องการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงกับภาวะการเป็นหนี้สินของข้าราชการทหาร สังกัดกองทัพอากาศ ในเขตพื้นที่กรุงเทพมหานคร พบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงในภาพรวม ได้แก่ เพศ อายุ ชั้นยศ และรายได้ ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะการเป็นหนี้สินของข้าราชการ ได้แก่ อายุ เพศ ระดับการศึกษา ชั้นยศ อายุราชการ และรายได้ ซึ่ง ธนภัทร์ สุทธิ (2550: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่องการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ เทศบาลตำบลด่านซ้าย อำเภอด่านซ้าย จังหวัดเลย พบว่า ผู้สูงอายุมีการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงโดยรวมในระดับปานกลาง และผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรส ระดับการศึกษา อาชีพหลักเดิม การประกอบอาชีพในปัจจุบัน และฐานะทางเศรษฐกิจแตกต่างกัน มีการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงแตกต่างกัน ส่วน ศศิพร ปาณิกบุตร (2544: บทคัดย่อ) ทำการศึกษาปัจจัยทางสังคมและเศรษฐกิจที่มีความสัมพันธ์กับการดำเนินชีวิตของเกษตรกรในรูปแบบเศรษฐกิจพอเพียงตามแนวพระราชดำริทฤษฎีใหม่ พบว่า รายได้ ซึ่งเป็นปัจจัยทางเศรษฐกิจมีความสัมพันธ์กับการดำเนินชีวิตในรูปแบบเศรษฐกิจพอเพียงตามแนวพระราชดำริ และพวงผกา ชื่นแสงเนตร (2538: บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับเรื่องความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ พบว่า ความพอเพียงของรายได้ เป็นปัจจัยหนึ่งที่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิต

การวิจัยครั้งนี้ จึงเป็นการศึกษาถึงการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของบุคลากร สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร โดยมีกรอบแนวคิดในการวิจัย ดังภาพประกอบ 1



ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยเรื่อง การศึกษาการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้า จากตำรา เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการศึกษาวิจัย โดยแบ่งเป็นหัวข้อ ดังนี้

1. การบริหารจัดการศึกษาของโรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร
 - 1.1 การจัดการศึกษาของกรุงเทพมหานคร
 - 1.2 ระบบบริหารการศึกษาของกรุงเทพมหานคร
 - 1.3 นโยบายบริหารงานของโรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร
 - 1.4 การนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงสู่สถานศึกษา
2. ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง
 - 2.1 ความหมายของปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง
 - 2.2 กรอบแนวคิดของปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง
 - 2.3 เศรษฐกิจพอเพียงกับการพัฒนาคน
 - 2.4 เศรษฐกิจพอเพียงระดับบุคคล
3. การดำเนินชีวิตตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง
 - 3.1 ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง
 - 3.1.1 อายุ
 - 3.1.2 รายได้
4. การพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง
 - 4.1 ความหมายของการพึ่งตนเอง
 - 4.2 การดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง
 - 4.2.1 ด้านจิตใจ
 - 4.2.2 ด้านสังคม
 - 4.2.3 ด้านทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม
 - 4.2.4 ด้านเทคโนโลยี
 - 4.2.5 ด้านเศรษฐกิจ
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - 5.1 งานวิจัยในประเทศ
 - 5.1.1 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิต
 - 5.1.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพึ่งตนเอง
 - 5.2 งานวิจัยต่างประเทศ

1. การบริหารจัดการศึกษาของโรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร

1.1 การจัดการศึกษาของกรุงเทพมหานคร

กรุงเทพมหานครมีอำนาจหน้าที่ในการจัดการศึกษา ตั้งแต่เริ่มสถาปนาในปี พ.ศ. 2515 ตามประกาศคณะปฏิวัติ ฉบับที่ 335 โดยรับโอนการจัดการศึกษาจาก 2 องค์การ คือเทศบาลนครหลวง และองค์การบริหารนครหลวงกรุงเทพมหานคร ซึ่งองค์การทั้งสองได้ถือกำเนิดเมื่อ พ.ศ. 2514 จากประกาศคณะปฏิวัติ ฉบับที่ 24 และฉบับที่ 25 โดยเทศบาลนครหลวงเป็นการยุบรวมกันและรับโอนการจัดการศึกษาจากเทศบาลนครกรุงเทพ และเทศบาลนครธนบุรีและองค์การบริหารนครหลวงกรุงเทพมหานคร เป็นการยุบรวมกันและรับโอนการจัดการศึกษาจาก 41 องค์การบริหารส่วนจังหวัด ทั้งสองรับโอนการจัดการศึกษามาจากกระทรวงศึกษาธิการ เมื่อปี พ.ศ. 2509 การจัดการศึกษาในพื้นที่ของกรุงเทพมหานคร นับตั้งแต่จัดตั้งโรงเรียนทวยราษฎร์ขึ้นครั้งแรก เมื่อปี พ.ศ. 2427 ที่วัดมหรณพารามและขยายออกไปทั่วประเทศ โดยจัดตั้งองค์การรับผิดชอบเป็นกรมศึกษาธิการ เมื่อปี พ.ศ. 2430 และเป็นกระทรวงธรรมการ เมื่อปี พ.ศ. 2435 ต่อมาในปี พ.ศ. 2441 ได้มีโครงการศึกษาเกิดขึ้น โดยแบ่งความรับผิดชอบให้กรมศึกษาธิการ ของกระทรวงธรรมการจัดการศึกษาในกรุงเทพมหานคร และให้กระทรวงมหาดไทยจัดการศึกษาในหัวเมืองร่วมกับพระสงฆ์ภายหลังได้มีการขยายการศึกษาภาคบังคับออกไปถึงระดับตำบล และระหว่างปี พ.ศ. 2454 ถึง พ.ศ. 2474 มีหน่วยงานที่รับผิดชอบการประถมศึกษา 3 กระทรวง คือ

1. กระทรวงนครบาล รับผิดชอบจัดการศึกษาระดับประถมศึกษาในส่วนกลาง
2. กระทรวงมหาดไทย รับผิดชอบจัดการศึกษาระดับประถมศึกษาในส่วนภูมิภาค
3. กระทรวงธรรมการ ทำหน้าที่ประสานงานให้การศึกษาเป็นไปตามนโยบาย

ปัจจุบันการจัดการศึกษาของกรุงเทพมหานคร เป็นอำนาจหน้าที่ตามที่กำหนดไว้ใน มาตรา 89 (21) แห่งพระราชบัญญัติระเบียบบริหารราชการกรุงเทพมหานคร พ.ศ. 2528 โดยมีการจัดการศึกษาหลายระดับ และหลายรูปแบบ ซึ่งมีหน่วยงานที่รับผิดชอบดังนี้ (สำนักงานการศึกษา กรุงเทพมหานคร. 2547)

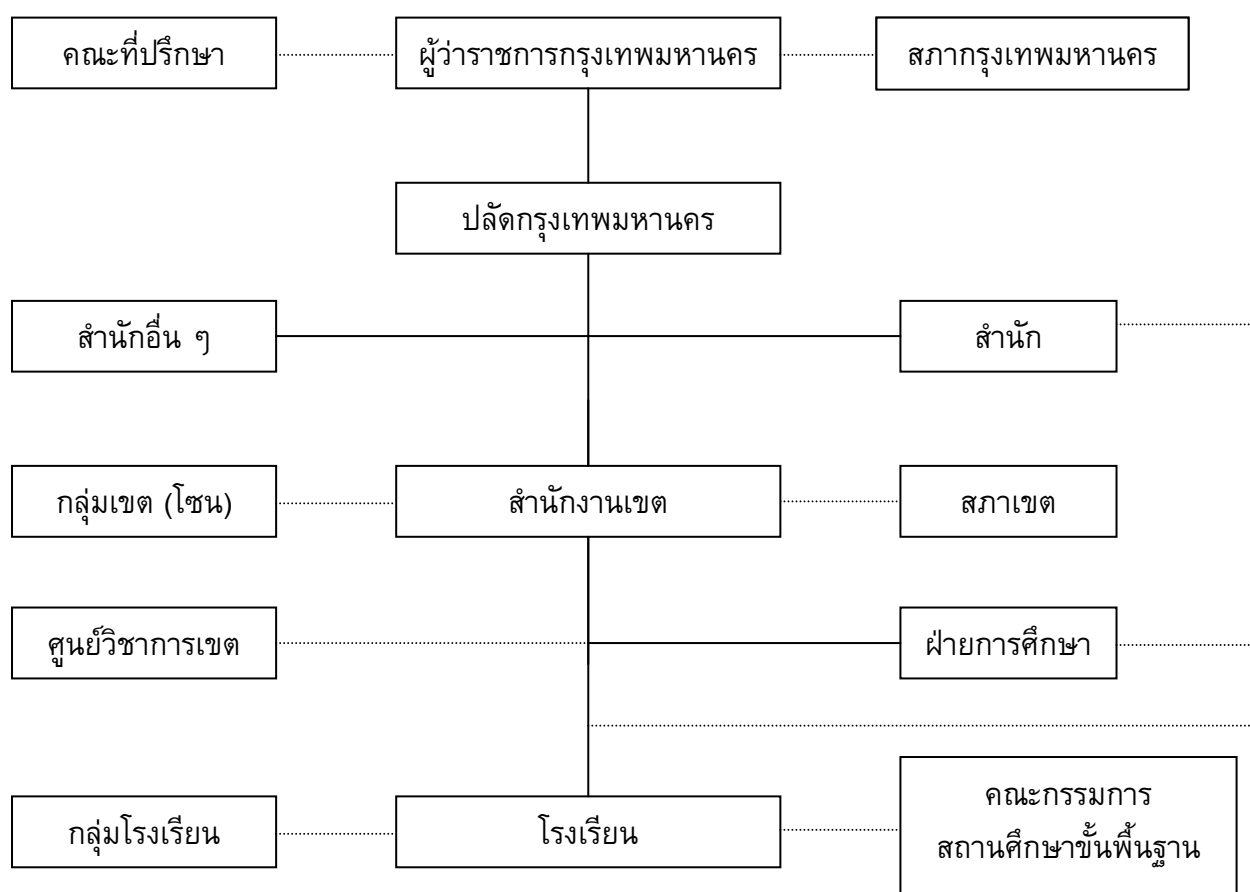
1. การจัดการศึกษาระดับก่อนประถมศึกษา
 - 1.1 จัดอยู่ในรูปของอนุบาลศึกษา
 - 1.2 การจัดในรูปแบบศูนย์เลี้ยงดูเด็กหรือศูนย์พัฒนาเด็กเล็กอยู่ในความรับผิดชอบของสำนักพัฒนาชุมชน ซึ่งดำเนินงานในลักษณะของการให้ความสนับสนุนชุมชนที่เปิดดำเนินการและสำนักอนามัย ซึ่งเปิดสถานเลี้ยงเด็กกลางวันและให้การสนับสนุนบ้านเลี้ยงเด็ก
2. การจัดการศึกษาระดับประถมศึกษา อยู่ในความรับผิดชอบของสำนักงานการศึกษาและสำนักงานเขต มีโรงเรียนจำนวน 431 โรงเรียน ซึ่งตั้งอยู่กระจายทั่วพื้นที่ 50 สำนักงานเขต
3. การจัดการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้นและมัธยมศึกษาตอนปลาย เปิดสอนในโรงเรียนประถมศึกษาของกรุงเทพมหานคร จำนวน 56 โรงเรียน ตามโครงการขยายโอกาสทางการศึกษา ซึ่งอยู่ในความรับผิดชอบของสำนักงานการศึกษาและสำนักงานเขต

4. การจัดการศึกษาระดับอุดมศึกษา ได้แก่ วิทยาลัยพยาบาลเพื่อการรณรงค์ในความรับผิดชอบของสำนักงานการแพทย์

5. การจัดการศึกษานอกระบบโรงเรียน ได้แก่ การฝึกอบรมอาชีพระยะสั้นในโรงเรียนฝึกอาชีพกรุงเทพมหานคร และจัดให้แก่กลุ่มสนใจตามความเหมาะสม ซึ่งอยู่ในความรับผิดชอบของสำนักพัฒนาชุมชน

1.2 ระบบบริหารการศึกษาของกรุงเทพมหานคร

การบริหารการศึกษาของกรุงเทพมหานครในส่วนของ การประถมศึกษาจัดในลักษณะของสายบังคับบัญชาซึ่งผู้มีอำนาจ คือ ผู้ว่าราชการกรุงเทพมหานคร ปลัดกรุงเทพมหานคร สำนักงานเขต และโรงเรียนตามลำดับ โดยมีสำนักการศึกษาเป็นฝ่ายอำนวยการ หรือหน่วยงานที่ปรึกษาส่งเสริมสนับสนุนในระดับกรุงเทพมหานคร และฝ่ายศึกษาธิการเป็นส่วนราชการที่ทำหน้าที่เช่นเดียวกันในระดับสำนักงานเขต ซึ่งแสดงในภาพประกอบ 2



ภาพประกอบ 2 แผนภูมิการบริหารการศึกษาของกรุงเทพมหานคร

ที่มา: สำนักการศึกษา กรุงเทพมหานคร (2547). รายงานสถิติการศึกษา. หน้า 4.

จากภาพประกอบ 2 สามารถอธิบายได้ว่าโครงสร้างระบบบริหารการศึกษา มีผู้ว่าราชการกรุงเทพมหานครเป็นผู้บริหารสูงสุดและเป็นฝ่ายการเมือง มีอำนาจหน้าที่กำหนดนโยบายการบริหารกรุงเทพมหานครทุกด้าน เป็นผู้บังคับบัญชาข้าราชการกรุงเทพมหานครและลูกจ้างกรุงเทพมหานคร ในสายราชการประจำมีปลัดกรุงเทพมหานคร ดำรงตำแหน่งสูงสุดของข้าราชการประจำ มีอำนาจหน้าที่ตามที่กฎหมายกำหนด และตามคำสั่งของผู้ว่าราชการกรุงเทพมหานคร และรับผิดชอบควบคุมดูแลราชการประจำของกรุงเทพมหานคร ให้เป็นไปตามนโยบายของกรุงเทพมหานคร กำกับ เร่งรัด ติดตามผลการปฏิบัติราชการของส่วนราชการในกรุงเทพมหานคร รวมทั้งเป็นผู้บังคับบัญชาข้าราชการกรุงเทพมหานคร และลูกจ้างกรุงเทพมหานคร รองจากผู้ว่าราชการกรุงเทพมหานคร สำนักงานเขตมีอำนาจหน้าที่ ในการดำเนินการเกี่ยวกับการศึกษา และการอบรมดูแลโรงเรียนประถมศึกษา มีผู้อำนวยการเขตเป็นผู้บังคับบัญชาข้าราชการ และลูกจ้างกรุงเทพมหานครในสังกัดสำนักงานเขต รับผิดชอบการปฏิบัติหน้าที่ราชการภายในเขต ส่วนราชการภายในสำนักงานเขตกำหนดให้มีฝ่ายการศึกษา เป็นที่ปรึกษาและสนับสนุนด้านการจัดการศึกษา และโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานครถูกกำหนดให้เป็นส่วนหนึ่งของสำนักงานเขต (สำนักการศึกษา กรุงเทพมหานคร. 2547: 4)

1.3 นโยบายบริหารงานของโรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร

พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 และที่แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2545 เปิดโอกาสให้การปกครองส่วนท้องถิ่นสามารถจัดการศึกษาได้ทุกระดับตามความพร้อมของท้องถิ่น ทำให้กรุงเทพมหานครสามารถจัดการศึกษาระดับก่อนประถมศึกษา ระดับประถมศึกษา และระดับมัธยมศึกษา สถาบันอุดมศึกษาทางด้านวิชาการ อีกทั้งชุมชนให้ความร่วมมือในการจัดการศึกษา

การเปลี่ยนแปลงของสังคมเมือง ส่งผลต่อสัมพันธภาพภายในครอบครัว เกิดการหย่าร้าง ครอบครัวแตกแยก ความสัมพันธ์ระหว่างรุ่นสู่รุ่นน้อยลง เพราะขาดสัมพันธ์ใกล้ชิด โดยเฉพาะสังคมไทยยังขาดภูมิคุ้มกันจากการบริโภคผ่านสื่อและเทคโนโลยี มีการรับวัฒนธรรมที่หลากหลาย ทำให้เกิดปัญหาพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของเด็กและเยาวชน นอกจากนี้ยังมีการอพยพย้ายถิ่นเข้าสู่เมืองใหญ่ ทำให้กรุงเทพมหานครมีจำนวนประชากรแฝงจำนวนมากยากต่อการให้บริการการศึกษาได้อย่างทั่วถึง ส่งผลให้ประสิทธิภาพการจัดการเรียนรู้อันของกรุงเทพมหานคร ต้องปรับปรุงเพื่อช่วยให้เด็กและเยาวชนในกรุงเทพมหานครสามารถนำความรู้ที่ได้ไปปรับใช้ให้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงและการเข้าสู่สังคม ไม่ตกเป็นทาสจากความก้าวหน้าของเทคโนโลยีสารสนเทศที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ทั้งนี้การจัดการศึกษาจะต้องส่งเสริมและพัฒนาเด็กให้มีคุณธรรม นำความรู้ เกิดภูมิคุ้มกัน โดยพัฒนาจิตใจควบคู่ไปกับการเรียนรู้ในระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน

แม้ว่ากรุงเทพมหานครจะเปลี่ยนแปลงผู้ว่าราชการกรุงเทพมหานครทุก ๆ 4 ปี แต่ผู้บริหารกรุงเทพมหานครส่วนใหญ่มีนโยบายให้ความสำคัญด้านการจัดการศึกษาในอันดับต้น ๆ และมีนโยบายส่งเสริมสนับสนุนการให้บริการการศึกษาทุกระดับ/กลุ่มเป้าหมาย ส่งผลให้

กรุงเทพมหานครจัดให้บริการการศึกษาในหลายรูปแบบและหลายระดับ ทำให้กรุงเทพมหานครเป็นศูนย์รวมความหลากหลายของการศึกษา มีเครือข่ายการจัดการศึกษาร่วมกับโรงเรียนที่มีชื่อเสียงของภาครัฐ/เอกชนและโรงเรียนต้นแบบของกรุงเทพมหานคร เพื่อพัฒนาคุณภาพการศึกษา มีงบประมาณสนับสนุนการให้บริการการศึกษาเพิ่มเติมจากรัฐบาลได้ มีสถานศึกษากระจายอยู่ทั่วทุกเขต มีนวัตกรรมและเทคโนโลยีทางการศึกษาที่ทันสมัย รวมทั้งบุคลากรมีความรู้ความสามารถในการจัดการเรียนการสอน และบุคลากรส่วนใหญ่มีความตั้งใจในการทำงาน (สำนักงานการศึกษา กรุงเทพมหานคร. 2552: 2-3)

โรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานครมีนโยบายในการเน้นพัฒนาการศึกษา โดยให้ชุมชนมีส่วนร่วม เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตตนเองอย่างต่อเนื่อง เติบโตตามศักยภาพของตนเอง เป็นผู้ที่มีความรู้ที่ทันสมัย มีทักษะกระบวนการคิด การแก้ปัญหา สามารถใช้เทคโนโลยีสมัยใหม่และใช้ภาษาต่างประเทศในการสื่อสารได้ มีสุขนิสัยสุขภาพกายและจิตที่สมบูรณ์ มีคุณธรรม จริยธรรม ที่พึงประสงค์ สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข บนพื้นฐานของความเป็นไทยเป็นที่ยอมรับของครอบครัวและสังคม (สำนักงานการศึกษา กรุงเทพมหานคร. 2542: ออนไลน์)

1.3.1 แผนยุทธศาสตร์ ของสำนักงานการศึกษา กรุงเทพมหานคร มีดังนี้

1. จัดกระบวนการเรียนรู้โดยยึดหลักว่า “ ผู้เรียนทุกคนมีความสามารถเรียนรู้และพัฒนาตนเองได้ตามธรรมชาติและเต็มตามศักยภาพ ”
2. พัฒนาให้ครูเก่ง ครูดี และส่งเสริมอย่างเป็นระบบ
3. ขยายเครือข่ายการจัดกระบวนการเรียนรู้โดยวิธีการ “แลกเปลี่ยนความรู้” ทั้งในและนอกโรงเรียน
4. ประสานความร่วมมือกับทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้อง ในการระดมทรัพยากรและภูมิปัญญาท้องถิ่น
5. พัฒนาวิธีการจัดการเรียนรู้โดยใช้หลักการ “มีเอกภาพด้านหลักวิชา แต่หลากหลายในการปฏิบัติ”
6. จัดให้มีระบบประกันคุณภาพภายในสถานศึกษา และการประเมินตนเองอย่างต่อเนื่อง
7. นิเทศติดตามและประเมินผลตามสภาพจริงทั้งของครู และนักเรียน
8. ส่งเสริมการจัดตั้งชมรมอนุรักษ์ศิลปวัฒนธรรมไทย
9. นำเทคโนโลยี สารสนเทศ และการสื่อสารมาใช้ในการบริหารและการเรียนการสอน
10. ใช้นวัตกรรม เพื่อพัฒนาความสามารถด้านคณิตศาสตร์ วิทยาศาสตร์ และภาษาต่างประเทศ

1.3.2 พันธกิจ

1. พัฒนาหลักสูตรให้ทันสมัย สอดคล้องกับสภาพปัจจุบันทางสังคม เศรษฐกิจและเทคโนโลยี จัดการเรียนการสอนเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ
2. ส่งเสริมการเรียนรู้เน้นปลูกฝังทักษะทางปัญญา แก่ผู้เรียนในด้านความรู้ กระบวนการคิด การแก้ปัญหา
3. ส่งเสริมและพัฒนาด้านคุณธรรม จริยธรรมของผู้เรียนให้มีคุณลักษณะอันพึงประสงค์ อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข
4. การเรียนรู้และกิจกรรมส่งเสริมให้ผู้เรียน มีร่างกายแข็งแรง มีจิตใจร่าเริงแจ่มใส รักการกีฬา และการออกกำลังกาย
5. พัฒนาความสามารถตามความสนใจและความถนัดเฉพาะ ของผู้เรียน
6. ประสานความสัมพันธ์กับผู้ปกครอง และชุมชน โดยให้มีส่วนร่วมในการบริหารจัดการ
7. พัฒนาบุคลากรครูตามมาตรฐานวิชาชีพครูและบุคลากรอื่น ๆ ทุกระดับให้มีศักยภาพ ในการสนับสนุนการจัดการศึกษา
8. จัดหาและพัฒนาสื่ออุปกรณ์และเทคโนโลยีที่สอดคล้องกับหลักสูตรของโรงเรียนและสนับสนุนการใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นในการจัดการเรียนการสอน
9. จัดและส่งเสริมกิจกรรมที่สืบสานเอกลักษณ์ ชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ วัฒนธรรม ขนบธรรมเนียมและประเพณีไทย
10. จัดและส่งเสริมให้เกิดความปลอดภัยและปราศจากสารเสพติดแก่นักเรียนและบุคลากร ทั้งภายในและภายนอกโรงเรียน

1.4 การนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงสู่สถานศึกษา

พระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา เมื่อวันที่ 4 ธันวาคม 2546 เกี่ยวกับการศึกษา “ต้องพัฒนาอาชีพความเป็นของประชาชนเป็นอาชีพ ไม่ใช่เพียงแต่ปลูกผัก ถั่ว งาม ให้หลานเฝ้า แต่เป็นเรื่องของความอยู่ดีกินดี ความรู้ การศึกษาที่กล่าวว่า ต้องช่วยให้การศึกษาดีขึ้น เพราะถ้าการศึกษาไม่ดี คนไม่สามารถทำงานได้ การศึกษาต้องได้ทุกระดับ ถ้าพูดถึงระดับสูง หมายความว่านักวิทยาศาสตร์ชั้นสูง ถ้าไม่มีการเรียนชั้นประถม อนุบาล ไม่มีทางที่จะให้คนไทยเรียนชั้นสูง หรือเรียนชั้นสูงไม่ดี ซึ่งเดี๋ยวนี้ก็ยังไม่ดี เพราะชั้นสูงนั้นต้องมีรากฐานการเรียนขั้นพื้นฐาน”

การจัดการศึกษาภายหลังจากการปฏิรูปการศึกษา ปี พ.ศ. 2542 ได้มีการเปลี่ยนแปลงอย่างมาก เช่น การปฏิรูปด้านการบริหารจัดการ ด้านหลักสูตรการเรียนการสอน ด้านกระบวนการจัดการเรียนการสอน หรือ ด้านการวัดและประเมินผลการศึกษา การเปลี่ยนแปลงที่เด่นชัดประการหนึ่งก็คือ การบังคับใช้พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ ปี พ.ศ. 2542 แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2545 ซึ่งได้กำหนดขอบเขตของการจัดการศึกษา ที่เน้นการพัฒนาคน

ไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้และคุณธรรม จริยธรรม ให้สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข เน้นให้สังคมมีส่วนร่วมในการจัดการศึกษา มีการกำหนดสิทธิและหน้าที่ในทางการศึกษา ระบบการศึกษา แนวทางการจัดการศึกษา การบริหารและจัดการด้าน การศึกษา ส่งเสริมและพัฒนาครูและบุคลากรด้านการศึกษา การจัดการศึกษาให้มีผลอยู่ในเกณฑ์ของมาตรฐาน และการประกันคุณภาพทางการศึกษา

การศึกษาคือเครื่องมือของการพัฒนา ดังนั้น เมื่อการพัฒนาประเทศกำหนดทิศทางไปสู่ สังคมแห่งความพอเพียง ระบบการศึกษาจึงต้องนำปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงไปประยุกต์ใช้ ใน การจัดการศึกษาได้อย่างเหมาะสม การจัดการศึกษาบนพื้นฐานของเศรษฐกิจพอเพียง มุ่งปลูกฝัง จิตสำนึกพอเพียงให้เกิดขึ้นในเด็ก เยาวชน สอนให้นักเรียน นักศึกษา ตระหนักถึงความพอประมาณ ในการดำเนินชีวิต ไม่โลภ ไม่ฟุ้งเฟ้อ มีการตัดสินใจบนพื้นฐานของเหตุผล ฝึกให้มีการมองไป ข้างหน้า และเตรียมตัวให้พร้อมรับต่อความผันผวนของเหตุการณ์ต่าง ๆ อย่างรู้เท่าทัน รวมถึงการ หมั่นแสวงหาความรู้ เพื่อให้เกิดความรอบรู้ในด้านต่าง ๆ ฝึกฝนตนเองให้มีความรอบคอบและ ระมัดระวังโดยใช้สติปัญญา ในการทำงานและดำเนินชีวิต ที่สำคัญแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงยังเน้น ให้นักเรียน นักศึกษา มีคุณธรรม จริยธรรม มีความอดทน ความขยันหมั่นเพียร ความซื่อสัตย์สุจริต ไม่เบียดเบียนผู้อื่น แบ่งปันและช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เป็นพื้นฐานในการดำเนินชีวิต

การขับเคลื่อนเศรษฐกิจพอเพียงสู่สถานศึกษาและเยาวชน มีวิสัยทัศน์ของการขับเคลื่อน คือ สานเครือข่าย ขยายความรู้ ควบคู่ประชาสัมพันธ์ โดยมีแนวทางในการขับเคลื่อน 2 ส่วน คือ ส่งเสริมการประยุกต์ใช้หลักเศรษฐกิจพอเพียงในการให้บริการ/บริหารสถานศึกษา และ ส่งเสริมการประยุกต์ใช้หลักเศรษฐกิจพอเพียงในการจัดการเรียนรู้ของผู้เรียน ซึ่งประกอบด้วย หลักสูตรและสาระการเรียนรู้ในห้องเรียน และส่วนที่เรียนนอกห้องเรียนหรือที่เรียกว่าการพัฒนา ทักษะผ่านกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน เช่น กิจกรรมพัฒนาผู้เรียนที่มีคุณลักษณะและการจัดการที่ สอดคล้องกับหลักเศรษฐกิจพอเพียง คือ **พอประมาณ** กับศักยภาพของนักเรียน **พอประมาณ** กับ ภูมิสังคมของโรงเรียนและชุมชนที่ตั้ง เช่น กิจกรรมสหกรณ์ กิจกรรมดูแลรักษาสิ่งแวดล้อม กิจกรรม เข้าวัดเสริมสร้างคุณธรรม เป็นต้น โดยมีการส่งเสริมให้ใช้ความรู้อย่างรอบคอบระมัดระวัง ฝึกให้เด็ก เยาวชนรู้จักตัวเองและชุมชน คิดเป็นทำเป็นอย่างมีเหตุผล และมีภูมิคุ้มกัน ผ่านการทำงานร่วมกับ ผู้อื่น มีความซื่อสัตย์สุจริต รับผิดชอบ ไม่เอาัดเอาเปรียบผู้อื่น มีวินัย มีสัมมาคาระ ปลูกฝัง จิตสำนึกรักสิ่งแวดล้อม สืบสานวัฒนธรรมไทย กล่าวคือ ให้เด็กและเยาวชน ยึดมั่นในหลักศีลธรรม สามารถทำประโยชน์ให้กับสังคม สิ่งแวดล้อม (สำนักงานทรัพย์สินส่วนพระมหากษัตริย์. 2549: 228-229)

ทางกรุงเทพมหานครได้น้อมนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเข้าสู่โรงเรียนประถมศึกษา โดยได้นำหลักในการดำรงชีวิตในเรื่องความไม่ประมาท มีความพอประมาณ มีเหตุผล และสร้าง ภูมิคุ้มกันที่ดีในตัวมาส่งเสริมให้นักเรียนได้นำมาปฏิบัติและปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงยังส่งเสริมให้ นักเรียนได้ใช้ความรู้และมีคุณธรรม ประกอบการวางแผน การตัดสินใจ และประกอบการกระทำ

นอกจากนี้ทางกรุงเทพมหานครยังได้กำหนดกิจกรรมที่หลากหลาย เพื่อเป็นแนวดำเนินการให้เกิดการพึ่งพาตนเองได้ ซึ่งได้แก่ กิจกรรมเศรษฐกิจพอเพียง โครงการโรงเรียนวิถีพุทธ โครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ โครงการโรงเรียนอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม โครงการโรงเรียนปลอดสารพิษ และกิจกรรมในสหกรณ์ (สำนักการศึกษา กรุงเทพมหานคร. 2551: 41-42)

2. ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

ประเทศไทยเกิดวิกฤตทางเศรษฐกิจและมีปัญหาซับซ้อน เนื่องจากความผิดพลาดในการพัฒนาประเทศที่ผ่านมา มุ่งพัฒนาภาคอุตสาหกรรม และการบริการ ละเลยการพัฒนาภาคเกษตรกรรม ซึ่งเป็นโครงสร้างพื้นฐานทางเศรษฐกิจของไทยมาตั้งแต่ดั้งเดิม ทำให้โครงสร้างทางเศรษฐกิจอ่อนแอ ส่งผลกระทบไปอย่างกว้างขวาง ประชาชนต้องแบกรับหนี้สิน และภาระค่าใช้จ่ายที่เพิ่มขึ้น ประชาชนว่างงานและตกงาน หรือถูกเลิกจ้างเนื่องจากการปิดกิจการหรือลดผลผลิตทางภาคอุตสาหกรรม ทำให้ประชาชนต้องเดินทางกลับภูมิลำเนา หรือชนบท ที่พึ่งพิงภาคเกษตรกรรม

มุนญ มุขขัประติษฐ์ (2541: 5) ได้กล่าวว่า ก่อนหน้านี้เพียงขบปี ประเทศไทยเกิดวิบากกรรมครั้งสำคัญในยุค ไอเอ็มเอฟ ที่เกิดวิกฤตทางเศรษฐกิจไทยเป็นประวัติศาสตร์ อันก่อให้เกิดทุกข์ยากเจ็บปวดรวดร้าวแสนสาหัส เตือนรอนกันไปทั่ว ทั้งคนรวย คนจน ขณะนั้นใครพูดถึงเศรษฐกิจพอเพียง “ความพออยู่พอกิน” ดูเหมือนจะเป็นคนหลงยุค และมีวิสัยทัศน์สั้น มาบัดนี้ใครไม่พูดถึงเศรษฐกิจพอเพียง เศรษฐกิจชุมชน ความพอมีพอกิน และทฤษฎีใหม่ ก็จะเป็นคนไม่ทันสมัยเสียแล้ว

คุรุธรรม (2542: 43) กล่าวว่า ในภาวะที่ประเทศไทยเกิดวิกฤตทางเศรษฐกิจมีผลกระทบต่อการเมือง การศาสนา การศึกษา และโดยเฉพาะด้านสังคม ซึ่งคนไทยส่วนใหญ่จากภาคอุตสาหกรรมถูกเลิกจ้างหรือลดจำนวนคนงานหรือถูกจ้าง ทำให้คนไทยเหล่านี้ต้องต่อสู้ดิ้นรนเพื่อเอาตัวรอด ทั้งคนจนและคนรวย จึงหันหลังกลับสู่มาตุภูมิ เพื่อทำนุบำรุงภาคเกษตรกรรม โดยการจัดการเรื่องดินและน้ำในที่ทำกินของตนเอง เพื่อความพอมี พออยู่ พอกิน ไม่หวังร่ำรวยอะไรมากนัก พอเลี้ยงตนเอง (Self Sufficient) และครอบครัวให้รอดพ้นจากภาวะวิกฤตทางเศรษฐกิจนี้ และให้ตนเองดำรงชีวิตอยู่ได้ ในประเด็นนี้เองที่จะเสริมสร้างเศรษฐกิจไทยให้เข้มแข็ง เพื่อต่อสู้กับภาวะวิกฤตทางเศรษฐกิจได้ จะได้ยึดเป็นแนวทางในการพัฒนาอาชีพแบบเดิม ทางภาคเกษตรให้คนไทย เรียกว่าเศรษฐกิจพอเพียง (Self Sufficient Economic) ซึ่งน่าจะเป็นทางเลือกใหม่ให้คนไทยรู้จักพึ่งตนเอง ประหยัด อดออม ซึ่งสอดคล้องกับวิถีชีวิตของคนไทย และภูมิปัญญาไทยเป็นอย่างยิ่ง

สุทธิพร คล้ายเมืองปักษ์ (2542: 28) ให้ความเห็นว่า จากอดีตที่ผ่านมา 5-6 ปี ประเทศไทยมีภาวะทางเศรษฐกิจที่มีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วเพื่อพัฒนาคนเข้าสู่ภาคอุตสาหกรรม

อย่างเต็มตัว ทำให้หลาย ๆ คนหลงลืมพื้นฐานดั้งเดิมของตนเอง และของคนไทยว่า เคยเติบโตภายใต้วิถีชีวิตความเป็นอยู่ในการเกษตร จนเคยมีคำกล่าวว่า ประเทศไทยเป็นประเทศที่อุดมสมบูรณ์แห่งหนึ่งในโลก มีทรัพยากรธรรมชาติอย่างมากมาย สมกับคำพูดที่ว่า “ในน้ำมีปลา ในนามีข้าว”

จากความรู้ทางเศรษฐกิจพอเพียง สรุปได้ว่า เศรษฐกิจพอเพียงเป็นปรัชญาที่ชี้ให้เห็นแนวทางการดำรงอยู่และการปฏิบัติตนของประชากรในทุกระดับ ให้สามารถพึ่งตนเอง ประหยัด อดออม มีความเพียงพอ พออยู่ พอกิน และพอใช้ในการดำรงชีวิต ซึ่งสอดคล้องกับ สุนทรียะธรรม สุนทรียะไทย (2542: 257) ได้กล่าวถึงเศรษฐกิจพอเพียงไว้ว่าเป็นปรัชญาของการพัฒนาตามกระแสเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งมีฐานคิดสำคัญที่การพัฒนาคนในชุมชน ทั้งด้านเศรษฐกิจและสังคมควบคู่ไปกับการจรรโลงรักษาวัฒนธรรมชุมชน ทั้งนี้การพัฒนาคนจะต้องเริ่มที่การพัฒนาความคิดและจิตใจของคนให้รู้จักกิน รู้จักใช้ตามอัตภาพและความจำเป็นในการดำรงชีวิต

2.1 ความหมายของปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

ความหมายของคำว่าเศรษฐกิจแบบพอเพียงนั้น พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวได้พระราชทานคำจำกัดความของคำว่าเศรษฐกิจพอเพียงไว้อย่างครอบคลุมและลึกซึ้งมาก โดยส่วนหนึ่งของความหมายนั้นได้ทรงดำรัสไว้ว่า

“คำว่าเศรษฐกิจพอเพียงนี้ไม่มีในตำรา ไม่เคยมีระบบ เศรษฐกิจพอเพียงมีอย่างอื่นแต่ไม่ใช่คำนี้” แนวคิดของเศรษฐกิจพอเพียงปรากฏอยู่ในการดำเนินโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริมาช้านาน ในรูปของหลักการ สร้างความ “พออยู่ พอกิน”

“คำว่าพอเพียง” มีความหมายกว้างออกไปอีก ไม่ได้หมายถึง การมีพอสำหรับใช้ของตัวเรา มีความหมายว่า “พอมีพอกิน”...วันนั้นได้พูดถึงว่าเราควรจะปฏิบัติให้พอมี พอกิน พอมีนี่ก็แปลว่า “เศรษฐกิจพอเพียง นั่นเอง” ถ้าแต่ละคนมีพอมี พอกิน ก็ใช้ได้ ยิ่งถ้าประเทศ มีพอมี พอกิน ก็ยิ่งดี... พอเพียงก็หมายความว่า มีกินมีอยู่ ไม่ฟุ้งเฟ้อ ไม่หรูหราก็ได้ แต่ว่าพอ...เพียงก็คือ พอเท่านั้นเอง คนเราถ้าพอในความต้องการมันก็จะมีความโลภน้อย ก็จะเบียดเบียนคนอื่นน้อย...พอเพียงนี้อาจจะมีมาก อาจจะมีของหรูหราก็ได้ แต่ว่าต้องไม่เบียดเบียนคนอื่น ต้องให้พอประมาณ พุดจาก็พอเพียง ทำอะไรก็พอเพียง ปฏิบัติตนก็พอเพียง...ฉะนั้นความพอเพียงนี้ก็แปลว่าความพอประมาณและความมีเหตุผล...”

พระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เนื่องในวันเฉลิมพระชนมพรรษา 5 ธันวาคม 2541 ณ พระตำหนักจิตรลดารโหฐาน (กรมการปกครอง. 2542: 1) จากกระแสพระราชดำริเศรษฐกิจพอเพียง ก่อให้เกิดการระดมความคิดในวงกว้างจากทุกฝ่าย อาทิ นักวิชาการ ข้าราชการ ราษฎร นักคิดทั้งระดับท้องถิ่นและระดับประเทศ ทั้งภาครัฐและเอกชน โดยน้อมนำเอากระแสพระราชดำริมาปฏิบัติและหาวิธีการที่จะผลักดันให้บังเกิดผลสำเร็จ ซึ่งต่อมาบุคคลเหล่านี้ก็ได้ให้ความหมายและแนวคิดของคำว่าเศรษฐกิจพอเพียงไว้มากมาย ดังนี้

ฉัตรทิพย์ นาถสุภา (2540: 1) ศึกษากระบวนการเศรษฐกิจของชุมชนไทยในอดีต ว่าเป็นระบบเศรษฐกิจแบบพอเพียงชีพ ผลิตพืชผล พันธุ์พืชไว้เพื่อกิน เพื่อใช้เอง ไม่มีระบบการพึ่งพิงสังคมภายนอกมีความผูกพันกันสูง ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน มีความพอเพียงในตนเอง นับถือระบบเครือญาติเป็นสำคัญ และไม่มีการแบ่งชนชั้นกันเป็นต้น

ประเวศ วะสี (2541: 43) ให้ความเห็นว่า เศรษฐกิจพอเพียง หมายถึง พอเพียงสำหรับทุกคน มีธรรมชาติพอเพียง มีความรักพอเพียง มีปัญญาพอเพียง เกิดความสมดุล เรียกก๊ออย่างหนึ่งว่า เศรษฐกิจชุมชน เศรษฐกิจสมดุล หรือเศรษฐกิจพื้นฐาน ไม่มองเรื่องเศรษฐกิจแบบแยกส่วน แต่เป็นเศรษฐกิจที่อยู่บนความเข้มแข็งของชุมชน เป็นเครื่องมือพัฒนาเศรษฐกิจเชื่อมโยงกับวัฒนธรรมและสิ่งแวดล้อม อย่างเป็นบูรณาการ

เชาวลิต ขวัญเมือง (2542: 4) กล่าวว่า เศรษฐกิจพอเพียง หมายถึง ความสามารถของชุมชนเมือง รัฐ ประเทศ หรือภูมิภาคหนึ่ง ๆ ในการผลิตสินค้าและบริการทุกชนิด เพื่อเลี้ยงสังคมนั้น ๆ ได้โดยไม่ต้องพึ่งพาปัจจัยต่าง ๆ ที่เราไม่ได้เป็นเจ้าของ

นิคม มูลิกะคามะ (2542: 263) ให้ความเห็นว่าเศรษฐกิจพอเพียง เป็นแนวทางพัฒนาตามทฤษฎีใหม่ ที่ทำให้ประเทศไทยอยู่ในสังคมโลกได้อย่างสง่างามน่าภูมิใจ โดยที่สามารถผลิตทรัพยากรได้ตามภูมิปัญญา และเทคโนโลยีแบบไทย มีความพอเพียงในครอบครัว ชุมชน มีความเข้มแข็งช่วยตนเองได้ วิถีชีวิตความเป็นอยู่ที่สอดคล้องกับหลักธรรมคำสอนในศาสนา มีสังคมที่สงบสุข กินดีอยู่ดีขึ้น การผลิตอุดมสมบูรณ์พอเพียงที่จะค้าขายไปยังต่างประเทศ

วรณัฐ อนุชนกร (2544: 46) ได้ให้ความหมายของเศรษฐกิจพอเพียงในแง่มุมต่าง ๆ เอาไว้ว่า เศรษฐกิจพอเพียง หมายถึง ความสามารถของชุมชน เมือง รัฐ ประเทศ หรือภูมิภาคหนึ่งในการผลิตสินค้า และบริการทุกชนิด เพื่อเลี้ยงสังคมนั้น ๆ ได้โดยไม่ต้องพึ่งพาปัจจัยต่าง ๆ ที่ตนไม่ได้เป็นเจ้าของเศรษฐกิจพอเพียงในระดับบุคคลนั้น คือความสามารถในการดำรงชีวิตได้อย่างไม่เดือดร้อน ความเป็นอยู่อย่างประมาทตามฐานะ ตามอัตภาพ และที่สำคัญคือ ไม่หลงไหลไปตามกระแสของวัตถุนิยม มีอิสรภาพ เสรีภาพ ไม่มีพันธนาการอยู่กับสิ่งใด โดยสรุปคือหันกลับมายึดเส้นทางสายกลางในการดำรงชีวิต

อภิชาติ พันธเสน (2549: 57) กล่าวว่า เศรษฐกิจพอเพียงเป็นปรัชญาชี้ถึงแนวทางการดำรงอยู่และปฏิบัติตนของประชาชนในทุกระดับ ตั้งแต่ระดับครอบครัว ชุมชน จนถึงระดับรัฐ ทั้งในการพัฒนาและบริหารประเทศให้ดำเนินไปในทางสายกลาง โดยเฉพาะการพัฒนาเศรษฐกิจเพื่อให้ก้าวทันต่อยุคโลกาภิวัตน์ ความพอเพียง หมายถึง ความพอประมาณ ความมีเหตุผล รวมถึงความจำเป็นที่จะต้องมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีพอสมควรต่อการมีผลกระทบใดๆ อันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงทั้งภายนอก ภายในทั้งนี้ต้องอาศัยความรอบรู้ ความรอบคอบและความระมัดระวังอย่างยิ่งในการนำวิชาการต่างๆ มาใช้ในการวางแผนและการดำเนินการทุกขั้นตอนและขณะเดียวกันจะต้องเสริมสร้างพื้นฐานจิตใจของคนในชาติโดยเฉพาะเจ้าหน้าที่ของรัฐ นักทฤษฎี และนักธุรกิจใน

ทุกระดับให้มีจิตสำนึกในคุณธรรม ความซื่อสัตย์สุจริต และให้ความรอบรู้ที่เหมาะสม ดำเนินชีวิตด้วยความอดทน ความเพียร มีสติปัญญาและความรอบคอบ เพื่อให้สมดุลและพร้อมต่อการรองรับการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและกว้างขวางทั้งด้านวัตถุ สังคม สิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรมจากโลกภายนอกได้เป็นอย่างดี

ธนภัทร์ สุทธิ (2550: 29) กล่าวว่า เศรษฐกิจพอเพียง หมายถึง การปฏิบัติตนด้วยความพอเพียงอย่างมีเหตุและผลทั้งทางด้านเศรษฐกิจและทางด้านการดำเนินพึ่งพาตนเองได้ ประหยัด ไม่ฟุ้งเฟ้อ ไม่เบียดเบียนผู้อื่น ไม่โลภ ไม่สุดโต่ง มีความพอประมาณในชีวิต และพอเพียงในความ เป็นอยู่

สุเมธ ตันติเวชกุล (2550: 29) กล่าวถึง เศรษฐกิจพอเพียงว่า หมายถึง ความสามารถของชุมชนเมือง รัฐ ประเทศ หรือภูมิภาคหนึ่ง ๆ ในการผลิตสินค้าและบริการทุกชนิด เพื่อเลี้ยงสังคม นั้น ๆ ได้ โดยพยายามหลีกเลี่ยงที่จะพึ่งพาปัจจัยต่าง ๆ ที่เราไม่ได้เป็นเจ้าของ เศรษฐกิจพอเพียงในระดับบุคคลนั้น คือ ความสามารถในการดำรงชีวิตได้โดยไม่เดือดร้อน กำหนดความเป็นอยู่อย่าง ประมาณตน ตามฐานะ ตามอัตภาพ และที่สำคัญไม่หลงไหลไปตามกระแสของวัตถุนิยม มีอิสรภาพ เสรีภาพ ไม่พัวพันการอยู่กับสิ่งใด ยึดเส้นทางสายกลางในการดำรงชีวิต เศรษฐกิจพอเพียงจึงเป็น พื้นฐานของความมั่นคงในการดำรงชีวิตที่ส่งผลให้สามารถพึ่งพาตนเองได้

สรุปได้ว่า เศรษฐกิจพอเพียง หมายถึง การปฏิบัติตนในการใช้จ่ายอย่างประหยัด อดออม มีความเพียงพอ พออยู่ พอกิน และพอใช้ในการดำรงชีวิตในประจำวัน มีความพอเพียงใน ครอบครัว ชุมชน มีความเข้มแข็งช่วยตนเองได้ วิถีชีวิตความเป็นอยู่ที่สอดคล้องกับหลักธรรมคำสอนในศาสนา มีสังคมที่สงบสุข กินดีอยู่ดีขึ้นและสามารถพึ่งพาตนเองได้

2.2 กรอบแนวคิดของปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง อยู่ภายใต้กรอบแนวคิด “3 ห่วง 2 เงื่อนไข” กล่าวคือ 3 ห่วง ประกอบไปด้วย ความพอประมาณ ความมีเหตุมีผล และการมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว โดยที่ทั้งหมดนั้นอยู่ภายใต้เงื่อนไข 2 เงื่อนไข คือ การมีความรู้ และคุณธรรมดำเนินกิจกรรมด้านต่าง ๆ อย่างสมดุล



ภาพประกอบ 3 สรุปปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

ที่มา: เพ็ญศรี เปลี่ยนขำ. (2550). *วิถีการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง*.

หน้า 33.

ความพอประมาณ หมายถึง ความพอดีที่ไม่น้อยเกินไปและไม่มากเกินไป โดยไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น เช่น การผลิตและการบริโภคที่อยู่ในระดับพอประมาณจากพระราชดำรัส ด้าน **ความประหยัด** ประมาณ รู้ว่าสิ่งใดควรจ่ายออกไปและสิ่งใดควรรักษาไว้ โดยใช้การประมาณ ทั้ง **ประมาณตน** และ **ประมาณสถานการณ์**

ความมีเหตุผล หมายถึง การตัดสินใจเกี่ยวกับระดับของความพอเพียงนั้น จะต้องเป็นไปอย่างมีเหตุผล โดยพิจารณาจากเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้องตลอดจน คำนึงถึงผลที่คาดว่าจะเกิดขึ้นจากการกระทำนั้นๆ อย่างรอบคอบ รู้จักประมาณตน และประมาณสถานการณ์ ประการสำคัญคือ ต้องพิจารณาอย่างมีเหตุมีผล โดย **ใช้ความเป็นกลาง** **เที่ยงตรง** **ปราศจากอคติ** พิจารณาเหตุผล ได้รอบด้านและมีการตัดสินใจอย่าง **รอบคอบ** ที่สุด

การมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว หมายถึง การเตรียมตัวให้พร้อมรับผลกระทบและการเปลี่ยนแปลงด้านต่างๆ ที่คาดว่าจะเกิดขึ้นในอนาคตทั้งใกล้และไกล สามารถประมาณได้อย่างเหมาะสมเพราะ **ไม่ประมาท** มีการเตรียมพร้อม ตรวจสอบการเปลี่ยนแปลงต่างๆ อยู่เสมอ เช่นเดียวกับการมีภูมิคุ้มกันที่ดี อย่างเช่น **ความมีสติรู้** และ **ความสงบภายในใจ** อยู่เสมอ นอกจากนี้ การตัดสินใจ และการดำเนินกิจกรรมต่างๆ ให้อยู่ในระดับพอเพียงนั้น ต้องมีเงื่อนไข 2 เงื่อนไข คือ **อาศัยความรู้**และ**คุณธรรม**เป็นพื้นฐาน

1. **เงื่อนไขความรู้** ประกอบด้วย **ความรู้** เกี่ยวกับวิชาการต่างๆ ที่เกี่ยวข้องอย่างรอบด้าน **ความรอบคอบ** ที่จะนำความรู้เหล่านั้น มาพิจารณาให้เชื่อมโยงกัน เพื่อประกอบการวางแผนและ **ความระมัดระวัง** ในขั้นปฏิบัติ **การเรียนรู้** อย่างรอบด้านคือ การเรียนรู้ตั้งแต่รู้เข้าใจ และประยุกต์ หรือบูรณาการใช้ **รู้** คือ **รู้** ในหลักวิชาตามที่ได้ศึกษามาเป็นอย่างดี จากนั้นจึงนำมาพิจารณาให้เกิดการเข้าใจกลายเป็นความรู้ของตนเอง และนำไปปฏิบัติประยุกต์ใช้ให้เข้ากับสถานการณ์ในปัจจุบันก่อนที่จะนำเสนอแนวทางการแก้ไขต่อไป

2. **เงื่อนไขคุณธรรม** ประกอบด้วยความตระหนักในคุณธรรม **มีความ ซื่อสัตย์สุจริต** และ **มีความอดทน** มีความเพียร **ใช้สติปัญญา** ในการดำเนินชีวิต และคุณธรรมต่างๆ ที่ช่วยกำกับการดำเนินชีวิตให้อยู่ในครรลองที่เหมาะสม ไม่ว่าจะเป็น ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ความรับผิดชอบ ความเสียสละ ฯลฯ ก่อนที่จะทำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงไปใช้ในการแก้ปัญหาชุมชน และสังคม ใคร่ขอกล่าวถึง สถานการณ์ปัญหาสังคมพระเจ้าอยู่หัวพระราชดำรัสถึง **ความสามัคคี** ให้ยึดเหนี่ยวไว้ในยามสังคมมีความเปลี่ยนแปลง ความสามัคคีก็คือภูมิคุ้มกันหนึ่ง ที่จะช่วยให้รับมือกับความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวพระราชทานแนวคิดนี้เพื่อใช้ปรับทิศทางการพัฒนาประเทศไทยเป็นครั้งแรก โดยมีข้อความที่สำคัญตอนหนึ่งว่า “การพัฒนาประเทศจำเป็นต้องทำตามลำดับขั้น ต้องสร้างพื้นฐานคือ ความพอมีพอกินพอใช้ของประชาชนส่วนใหญ่เป็นเบื้องต้นก่อน โดยใช้วิธีการและใช้อุปกรณ์ที่ประหยัดแต่ถูกต้องตามหลักวิชา เมื่อได้พื้นฐานมั่นคงพร้อมพอควรและปฏิบัติได้แล้ว จึงค่อยสร้างค่อยเสริมความเจริญและฐานะเศรษฐกิจขั้นที่สูงขึ้นโดยลำดับต่อไป หากมุ่งแต่จะทุ่มเทสร้างความเจริญ ยกเศรษฐกิจขึ้นให้รวดเร็วแต่ประการเดียว โดยไม่ให้แผนปฏิบัติการสัมพันธ์กับสภาวะของประเทศและของประชาชนโดยสอดคล้องด้วย ก็จะเกิดความไม่สมดุลในเรื่องต่าง ๆ ขึ้น ซึ่งอาจกลายเป็นความยุ่งยากล้มเหลวได้ในที่สุด”

พระบรมราโชวาทชี้ให้เห็นถึงแนวทางการพัฒนาที่เน้นการขยายตัวทางเศรษฐกิจของประเทศเป็นหลักแต่เพียงอย่างเดียว โดยไม่มีความสอดคล้องกับสภาวะของประเทศและของประชาชน อาจทำให้เกิดปัญหาได้ จึงทรงเน้นการพอมีพอกินพอใช้ของประชาชนส่วนใหญ่เป็นเบื้องต้น เมื่อมีพื้นฐานความมั่นคงพร้อมพอสมควรแล้ว จึงค่อยสร้างเสริมความเจริญและฐานะทางเศรษฐกิจให้สูงขึ้น จากแนวพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว (กรมการปกครอง. 2541: 4-5) ทรงมีแนวทางที่มุ่งให้คนไทยดำรงตนโดยยึดหลักของความสมถะ พึงพอใจกับสิ่งที่ตนเป็นอยู่ ซึ่งแนวพระราชดำรัสล้วนแต่เป็นแนวทางที่เหมาะสมกับการนำมาประยุกต์ใช้กับสังคมไทย โดยเฉพาะสังคมชนบท อันได้แก่

“...การเป็นเสือนั้นมันไม่สำคัญ สำคัญอยู่ที่เราพออยู่พอกิน และมีเศรษฐกิจการเป็นอยู่แบบพอมีพอกิน แบบพอมีพอกินหมายความว่า อิ่มสุขตัวเองให้ได้ ให้มีพอเพียงกับตัวเอง จะต้อง

ทอดผ้าใส่ให้ตัวเองสำหรับครอบครว อย่างนั้นมันเกินไป แต่ว่าในหมู่บ้านหรือในอำเภอจะต้องมีความพอเพียงพอสมควร บางสิ่งบางอย่างที่ผลิตได้มากกว่าความต้องการก็ขายได้ เพราะว่าคนอื่นเขาก็ต้องมีเศรษฐกิจที่ต้องมีการแลกเปลี่ยน การผลิตที่พอเพียงทำได้...”

อภิชัย พันธเสน (2542: 2-5) กล่าวว่า การทำความเข้าใจกับพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวนั้น มิควรจะนำเฉพาะเนื้อความของพระราชดำรัสมาพิจารณาเท่านั้น แต่จำเป็นต้องเข้าใจบริบททางการเมือง สังคมและเศรษฐกิจในขณะที่มีพระราชกระแสรับสั่งด้วย ทั้งนี้เนื่องจากพระราชกระแสรับสั่งดังกล่าวนี้จะสะท้อนความห่วงใยที่พระองค์มีต่อสถานการณ์ในบ้านเมืองขณะนั้น พระราชกระแสรับสั่งจึงถือเป็นการให้สติหรือให้ข้อคิดแก่คณะรัฐบาล ข้าราชการชั้นผู้ใหญ่ทั้งฝ่ายทหารและพลเรือน นักธุรกิจ ตลอดจนพสกนิกรทั่วประเทศ ให้กลับนำไปคิดใคร่ครวญไตร่ตรอง เพื่อช่วยกันหาทางปรับปรุงแก้ไขสถานการณ์ให้ดีขึ้น

หลังจากที่ได้พระราชทานพระบรมราโชวาท เมื่อวันที่ 18 กรกฎาคม 2517 แล้ว พระองค์ท่านได้ทรงเน้นอีกครั้ง ในพระราชดำรัส เมื่อวันที่ 4 ธันวาคม ดังที่ได้ัญเชิญมาแสดงไว้แล้ว พระองค์ท่านทรงย้ำว่า “เรามีพอยู่ พอกิน” พร้อมทั้งยังขอให้ทุกคนมีความปรารถนาที่จะให้เมืองไทย พอยู่ พอกิน และมีความสุข เพราะขณะนั้นประเทศไทยยังไม่มีความสะดวกที่แท้จริง เนื่องจากคนเป็นจำนวนมาก ไม่พอยู่พอกิน อันเนื่องมาจากประโยชน์ของการพัฒนาส่วนใหญ่ของประเทศไทยไปตกอยู่กับคนส่วนน้อยในสังคม พร้อมทั้งทรงขอทุกคนทำงาน “ตั้งจิตอธิฐาน ตั้งปณิธาน ในทางนี้เพื่อจะให้เมืองไทยอยู่แบบพอยู่ พอกิน ไม่ใช่จะรุ่งเรืองอย่างยอด” พร้อมกันนั้น พระองค์ได้ทรงอธิบายความหมายของคำว่า “พอเพียง” ว่า ความหมาย พผู้มีพอกิน เมื่อปี 2517 วันนั้นได้พูดถึงว่า เราควรปฏิบัติให้พผู้มีพอกิน พผู้มีพอกินนี้ก็แปลว่า เศรษฐกิจพอเพียงนั่นเอง

“คำว่าพอเพียงมีความหมายกว้างขวางกว่าความสามารถในการพึ่งตัวเองหรือความสามารถในการยืนบนขาของตัวเอง เพราะความพอเพียง หมายถึง การที่มีความพอ คือมีความโลภน้อย เมื่อโลภน้อยก็เบียดเบียนคนอื่นน้อย ถ้าประเทศใดมีความคิดนี้ มีความคิดว่าทำอะไรต้องพอเพียง หมายความว่าพอประมาณ ซื่อตรง ไม่โลภ อย่างมาก คนเราก็อาจจะเป็นสุข พอเพียงนี้อาจจะมีมาก อาจจะมีของหรูหราก็ได้ แต่ว่าไม่ต้องเบียดเบียนคนอื่น พร้อมกันนั้น พระองค์ก็สรุปในที่สุดว่า ความพอเพียงนี้ก็แปลว่า ความพอประมาณและความมีเหตุผล”

จากพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ที่ได้ทรงอธิบายความหมายของคำว่า เศรษฐกิจแบบพอเพียงตามที่กล่าวมาแล้วนั้นมีความลึกซึ้งและเหมาะสมต่อการดำเนินชีวิตของคนไทยเป็นอย่างยิ่ง ซึ่งต่อมาสำนักงานคณะกรรมการการพัฒนการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ในฐานะหน่วยงานหลักในการวางแผนของประเทศตระหนักถึงความสำคัญของแนวคิดดังกล่าว จึงได้เชิญผู้ทรงคุณวุฒิจากสาขาต่าง ๆ มาร่วมกันพิจารณากลั่นกรองพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ที่เกี่ยวข้องกับเศรษฐกิจพอเพียงในโอกาสต่าง ๆ สรุปออกมาเป็นนิยามความหมายปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง และได้ัญเชิญมาเป็นปรัชญานำทางในการจัดทำแผนพัฒนาฯ ฉบับที่ 9 เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนทุกระดับ มีความเข้าใจในหลักปรัชญา และนำไป

เป็นพื้นฐานและแนวทางในการดำเนินชีวิต ซึ่งทรงกรุณาโปรดเกล้าฯ พระราชทานพระบรมราชานุญาต ตามที่ขอพระมหากรุณา เมื่อวันที่ 29 พฤศจิกายน 2542 โดยคณะอนุกรรมการขับเคลื่อนเศรษฐกิจพอเพียง (2547: 3-4) ได้นำมากล่าวไว้ดังนี้

ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง เศรษฐกิจพอเพียงเป็นปรัชญาชี้ถึงแนวทางการดำรงอยู่และปฏิบัติตนของประชาชนในทุกระดับ ตั้งแต่ระดับครอบครัว ระดับชุมชนจนถึงระดับรัฐทั้งในการพัฒนาและบริหารประเทศให้ดำเนินไปในทางสายกลาง โดยเฉพาะการพัฒนาเศรษฐกิจเพื่อให้ก้าวทันต่อโลกยุคโลกาภิวัตน์ ความพอเพียง หมายถึง ความพอประมาณ ความมีเหตุผล รวมถึงความจำเป็นที่จะต้องมีระบบภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีพอสมควรต่อการมีผลกระทบใด ๆ อันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงทั้งภายนอกและภายใน ทั้งนี้ต้องอาศัยความรอบรู้ ความรอบคอบ และความระมัดระวังอย่างยิ่งในการนำวิชาการต่าง ๆ มาใช้ในการวางแผนและการดำเนินการทุกขั้นตอน และขณะเดียวกันจะต้องเสริมสร้างพื้นฐานจิตใจของคนในชาติ โดยเฉพาะเจ้าหน้าที่รัฐ นักทฤษฎี และนักธุรกิจในทุกระดับ ให้มีสำนึกในคุณธรรม ความซื่อสัตย์สุจริต และให้มีความรอบรู้ที่เหมาะสม ดำเนินชีวิตด้วยความอดทน ความเพียร มีสติ ปัญญา และความรอบคอบ เพื่อให้สมดุลและพร้อมต่อการรองรับการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและกว้างขวางทั้งด้านวัตถุ สังคม สิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรมจากโลกภายนอกได้เป็นอย่างดี

แนวคิดเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง ตามแนวพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว นั้นครอบคลุมเนื้อหาสาระของการดำเนินชีวิตในวงกว้าง ทั้งในส่วนของเศรษฐกิจ พึ่งตนเองและเศรษฐกิจชุมชน

ประเวศ วะสี (2542: 4-6) นักวิชาการที่ได้ศึกษา ค้นคว้าเกี่ยวกับการดำรงชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งก็ได้เสนอแนวคิดหลักของเศรษฐกิจพอเพียง ดังนี้

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

1. พอเพียงสำหรับทุกคน ทุกครอบครัว ไม่ทอดทิ้งกัน
2. จิตใจพอเพียง สามารถที่จะรักและเอื้ออาทรต่อผู้อื่นได้
3. สิ่งแวดล้อมพอเพียง ได้แก่ การรู้จักที่จะอนุรักษ์และเพิ่มพูนสิ่งแวดล้อมรอบ ๆ ตัว เพื่อให้เอื้อประโยชน์ต่อการยังชีพและทำมาหากินในชีวิตประจำวันได้
4. ชุมชนเข้มแข็งเพียงพอ คือ การที่ชุมชนสามารถรวมตัวกัน มีความสามัคคีต่อกัน เพื่อสร้างความเป็นปึกแผ่นมั่นคง รวมตัวกันเป็นชุมชนที่มีความเข้มแข็ง ซึ่งจะทำให้สามารถแก้ไข ปัญหาต่าง ๆ ง่ายด้าย ส่งผลให้ชีวิตมีความสุข มีชีวิตที่ดี
5. ปัญญาพอเพียง มีการเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ร่วมกัน และสามารถปรับตัวต่อสภาวะการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นได้อย่างต่อเนื่อง
6. อยู่บนพื้นฐานวัฒนธรรมพอเพียง คือ การที่กลุ่มชนมีวิถีการดำเนินชีวิตที่สัมพันธ์กับ สิ่งแวดล้อมและรากฐานทางวัฒนธรรมของตน ซึ่งการดำเนินชีวิตภายใต้รูปแบบของการมีวัฒนธรรม

และสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสมกับตนนั้น จะไม่ก่อให้เกิดผลกระทบใด ๆ ที่ร้ายแรงต่อคุณภาพชีวิตความเป็นอยู่ของตนได้ เนื่องจากสิ่งเหล่านั้นล้วนแต่เอื้อประโยชน์ต่อครองชีวิตของตนทั้งสิ้น

7. มีความมั่นคงในชีวิตพอเพียง ไม่ใช่วาบวบ เดียวจนเดียวรวย เดียวมีเดียวไม่มี เพราะสิ่งเหล่านี้มีอิทธิพลต่อความมั่นคงทางจิตใจของมนุษย์เราทั้งสิ้น เมื่อใดก็ตามที่มนุษย์เรามีความมั่นคงในชีวิตพอเพียง ก็จะส่งผลให้เป็นบุคคลที่สุขภาพจิตดี สามารถอดทนต่อสภาวะที่เกิดขึ้นและผันผวนได้เป็นอย่างดี

จะเห็นได้ว่า การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงหรือเศรษฐกิจสายกลาง ทำให้มองเห็นโดยภาพรวมได้ว่า การจะดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงนั้น สำคัญอยู่ที่ความพึงพอใจในสิ่งที่ตนเป็น พอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่ ไม่ยึดติดกับวัตถุนิยมใด ๆ สิ่งเหล่านี้ล้วนแต่เป็นแนวทางที่เอื้อประโยชน์ และเหมาะสมต่อการดำเนินชีวิตของประชาชนชาวไทย ซึ่งส่งผลให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีและยืนยาวมั่นคงได้

2.3 เศรษฐกิจพอเพียงกับการพัฒนาคน

การพัฒนาคนตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง คือการพัฒนาให้แต่ละคนมีหลักคิดและหลักปฏิบัติในการดำรงชีวิตอย่างพอเพียง โดยใช้คุณธรรมนำความรู้เพื่อพัฒนาตนเอง ครอบครัว ชุมชนชาติ ให้สามารถพึ่งตนเองได้และก้าวหน้าไปพร้อมกับความสมดุล ตลอดจนพร้อมรับการเปลี่ยนแปลงในด้านต่าง ๆ แนวทางการพัฒนาคนตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง เป็นการฝึกให้คนคิด พูด ทำ อย่างพอดี พอเหมาะ พอควร บนหลักเหตุผล ไม่ประมาทโดยใช้สติและปัญญาในทางที่ถูกต้อง เพื่อเพิ่มทางเลือก และพัฒนาศักยภาพของแต่ละคน ให้สามารถอุ้มชูตัวเองและครอบครัวได้โดยไม่เบียดเบียนตัวเองและผู้อื่น และอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างสงบสุข รู้รักสามัคคี อยู่ร่วมกับธรรมชาติได้อย่างสมดุลและยั่งยืน และมีค่านิยมที่ดีงาม ร่วมรักษาคุณค่าของความเป็นไทย จากการรับรู้ข้อมูล ข่าวสารที่เกิดขึ้นในแต่ละวันภายในบ้านเมืองไทยของเรานั้น ทำให้เรามองเห็นกระจ่างชัดขึ้นว่า บ้านเมืองของเรานั้น มิได้มี หรือประสบปัญหาเฉพาะด้านเศรษฐกิจเท่านั้น หากแต่ยังมีปัญหาด้านอื่น ๆ อีกด้วย เช่น ด้านการศึกษา ก็มีปัญหากับคุณภาพในการจัดการศึกษา จนต้องมีการปฏิรูป ซึ่งแม้จะดูว่าช้าไปแล้ว แต่ก็ยังดีกว่าไม่คิดทำ ปัญหาที่เกิดขึ้นในการสอบคัดเลือกเข้ามหาวิทยาลัยในปีี้ ก็เป็นตัวอย่างหนึ่ง ด้านการพระศาสนา ที่น่าจะสร้างความสุข สงบสันติให้เกิดขึ้นในศาสนิกชนได้ ก็ยังกลับมีปัญหา มิใช่แต่เฉพาะพระพุทธศาสนาเท่านั้น บางศาสนาก็ถึงกับจะให้มีการถอดถอนประมุขของศาสนาเลยทีเดียว (ศิริพร คีตสาร. 2551: 26-27)

จะเห็นและรู้สึกได้ว่า บ้านเมืองของเราในขณะนี้ มีปัญหาแทบจะทุกด้านที่ต้องการการแก้ไขปรับปรุงโดยเร็ว เพราะไปเกี่ยวข้องกับความมั่นคงของชาติ จึงอาจกล่าวได้ว่า ปัญหาเหล่านี้เป็นปัญหาของชาติก็คงไม่ผิด ปัญหาหนึ่งอาจเป็นต้นเหตุของอีกปัญหาหนึ่ง หรือไปเสริมให้ปัญหาอื่นรุนแรง หนัก และสาหัสขึ้นก็ได้ ถ้าหากวิเคราะห์ ต้นเหตุ แห่งปัญหาทั้งปวงเหล่านี้แล้ว พอจะ

แนวคิดที่จะสรุปได้ว่า มาจาก "คุณภาพของคน" เป็นสำคัญ ที่สรุปเช่นนี้ มิใช่ว่า สติปัญญา ความเฉลียวฉลาด และความสามารถของคนไทยเราจะด้อยกว่ากว่าคนเชื้อชาติใดในโลกนี้ก็หาไม่ แต่เมื่อใดที่คนไทยเรา (คนเก่ง ๆ) มาทำงานร่วมกันเป็นกลุ่ม เป็นคณะ (กรรมการ) เป็นพรรค หรือจะต้องใช้การประสานสัมพันธ์ร่วมกันระหว่างหน่วยงาน (ทั้งภายใน หรือภายนอกก็ตาม) แล้ว ก็มักจะมีปัญหา ขัดแย้ง ไม่ยอมลดทอนกันเกิดขึ้นเสมอๆ อย่างผิดปกติ ไม่รู้จัก สามัคคี ไม่ยอมรู้แพ้ รู้ชนะ หรือแพ้ ชนะกันไม่เป็น ไม่แยกแยะว่าสิ่งใด คือประโยชน์สำคัญของชาติหรือส่วนรวม เช่นนี้เป็นต้น

เครื่องมือสำคัญที่จะใช้พัฒนาคนให้มีคุณภาพดี เพื่อคนที่มีคุณภาพดีจะได้ไปพัฒนาชาตินั้น ก็คือ การศึกษา การให้การศึกษาที่มีคุณภาพ จะช่วยพัฒนาคนให้มีคุณภาพดี คือเป็นทั้งคนเก่ง และคนดี สมกับคำนิยามอย่างหนึ่งที่ว่า การศึกษา คือ การเจริญงอกงาม (Education is growth) ซึ่งครูจะมีส่วนเกี่ยวข้องอย่างสำคัญยิ่งในการพัฒนาคนให้มีคุณภาพด้วยเครื่องมือที่เรียกว่า การศึกษานี้โดยอาศัยแนวพระราชดำริด้านการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว (การbinไทย. 2542: 17) ที่ได้ทรงชี้แนะไว้ว่า "การพัฒนาก้าวหน้าให้เจริญยิ่งขึ้นไปนั้น ย่อมต้องพัฒนาบุคคลก่อน เพราะถ้าบุคคลอันเป็นองค์ประกอบของส่วนรวม ไม่ได้รับการพัฒนาแล้ว ส่วนรวมจะเจริญและมั่นคงได้ยากยิ่ง การที่บุคคลจะพัฒนาได้ ก็ด้วยปัจจัยประการเดียวคือ การศึกษา การศึกษานั้นแบ่งเป็นสองส่วน คือการศึกษาด้านวิชาการ (Academic learning) ส่วนหนึ่งกับการอบรมบ่มนิสัย (Spiritual development) ให้เป็นผู้มีจิตใจใฝ่ดี ใฝ่เจริญ มีปกติละอายชั่วกลัวบาปส่วนหนึ่ง การพัฒนาบุคคลจะต้องพัฒนาให้ครบถ้วนทั้งสองส่วน เพื่อให้บุคคลได้มีความรู้ ไร้ใช้ประกอบการ และมีความดี ไร้เกื้อหนุนการประพฤติปฏิบัติทุกอย่างให้เป็นไปในทางที่ถูกที่ควร และอำนวยผลเป็นประโยชน์ที่พึงประสงค์ "

2.4 เศรษฐกิจพอเพียงระดับบุคคล

เศรษฐกิจพอเพียงระดับบุคคล หมายถึง ความสามารถในการดำรงชีวิตได้อย่างไม่เดือดร้อนมีความเป็นอยู่อย่างประมาณตนตามอัตภาพ และที่สำคัญไม่หลงไหลไปตามกระแสของวัตถุนิยมมีอิสรภาพ เสรีภาพ ไม่พัวพันการอยู่กับสิ่งใด หันมายุติทางสายกลางในการดำรงชีวิต เมื่อเริ่มจากตนเองได้แล้ว ก็ขยายผลไปสู่ครอบครัว เศรษฐกิจพอเพียงระดับครอบครัว คือ การพอมีพอกินไม่ฟุ้งเฟ้อและไม่ฝืดเคืองนัก ส่วนเศรษฐกิจพอเพียงในระดับชุมชนคือการที่ชุมชนมีความเข้มแข็ง สามารถพึ่งตนเองได้ ประชาชนมีการรวมกลุ่มทางด้านเศรษฐกิจ เป็นกลุ่มสัจจะ กลุ่มออมทรัพย์ กลุ่มอาชีพต่างๆ มีการพัฒนาชุมชนอย่างสมดุลและผสมผสานทั้งด้านสังคม ด้านเศรษฐกิจ และด้านจิตใจ นอกจากนั้น ยังต้องส่งเสริมให้ประชาชนมีรายได้เพิ่มขึ้น ส่งเสริมอาชีพหลัก อาชีพรอง อาชีพเสริมลดรายจ่ายให้น้อยลง ซึ่งทำได้โดยการลด ละ เลิก อบายมุขต่างๆ มีการให้ความรู้ สร้างจิตสำนึก รู้ ตระหนักและปฏิบัติตามวิถีชีวิตที่พอเพียง เรียบง่าย ประหยัด

ไม่พุ่มเฟิย ยึดทางสายกลาง รู้จักพอ พอดีพอประมาณ พอใจ มีความเมตตา เอื้ออาทรต่อกัน ร่วมมือ และช่วยเหลือกันและกันไม่เบียดเบียนกันไม่มุ่งทำร้ายกัน ประกอบสัมมาชีพด้วยความ ขยันหมั่นเพียร ซื่อสัตย์สุจริตใฝ่หาความรู้เพื่อนำไปใช้ให้เป็นประโยชน์ ไม่ตกเป็นทาสอบายมุข วัตถุนิยมและบริโภคนิยม ถ้าประชาชนในชาติสามารถทำตามแนวทางที่ให้ไว้ก็จะสามารถหลุดพ้น จากความยากจนได้ เมื่อบุคคลครอบครัว ชุมชน สามารถหลุดพ้นจากความยากจน ฟุ้งตนเองได้ สิ่งตามมาคือประเทศชาติเจริญและพัฒนาขึ้น เศรษฐกิจพอเพียงจึงเป็นพื้นฐานของความมั่นคงใน การดำรงชีวิต ส่งผลให้สามารถใช้หลักการพึ่งเองได้ (สุเมธ ตันติเวชกุล. 2543: 2)

3. การดำเนินชีวิตตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

ชีวิตประจำวันและการดำเนินชีวิตร่วมกับผู้อื่น ต้องคำนึงถึงความพอประมาณในการ ดำรงชีวิตในด้านต่างๆ ทั้งด้านการบริโภค การกินอยู่หลับนอน การเข้าสังคม การใช้เวลาและ ทรัพยากรต่างๆ ที่มีอยู่ โดยเน้นการพึ่งตนเองเป็นเบื้องต้น การทำอะไรที่ไม่สุดโต่งไปข้างใดข้างหนึ่ง การใช้เหตุผลเป็นพื้นฐานในการตัดสินใจและการกระทำต่างๆ การสร้างภูมิคุ้มกันที่ดีเพื่อพร้อมรับ ต่อการเปลี่ยนแปลงและไม่ทำอะไรที่เสี่ยงจนเกินไป จนทำให้ตนเองหรือครอบครัวเดือดร้อนใน ภายหลัง การใฝ่รู้อย่างต่อเนื่องและใช้ความรู้ด้วยความรอบคอบ และระมัดระวังความซื่อสัตย์ ความ ไม่โลภ ความรู้จักพอความขยันหมั่นเพียร การไม่เบียดเบียนกัน การรู้จักแบ่งปัน และช่วยเหลือ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ซึ่งกันและกัน (ศิริพร คีตสาร. 2551: 21-22)

ในชีวิตประจำวันของคนเรานั้น ส่วนใหญ่ต้องการแสวงหาเครื่องอุปโภค บริโภคที่จำเป็น กับความต้องการในการดำเนินชีวิตของตนเองและครอบครัว คนส่วนใหญ่ต้องทำงานโดยการ ประกอบอาชีพ เพื่อที่จะได้รับค่าแรงหรือค่าตอบแทนมาบำบัดความต้องการของตนเองและ ครอบครัวในสิ่งต่าง ๆ มากมายหลายประการ แต่สิ่งที่จัดว่าจำเป็นอย่างยั้งนั้น ก็คือ ปัจจัยสี่ ซึ่ง ได้แก่ อาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย ยารักษาโรค จึงมีผู้ที่ศึกษา ได้ให้ความหมายในการดำเนิน ชีวิตประจำวัน เป็นแบบแผนในการดำเนินชีวิตหรือเป็นแบบในการดำเนินชีวิตไว้ ดังนี้

คุลบีอก (Kulbox. 1988: 25) กล่าวว่า แบบแผนการดำเนินชีวิตหมายถึง พฤติกรรมการ ดำรงชีวิตซึ่งบุคคลแสดงออกโดยที่มีผลกระทบต่อความเป็นอยู่ของบุคคลนั้น ไม่ว่าจะเป็นด้านดี หรือไม่ดีก็ตาม

องค์การอนามัยโลก (WHO. 1986: 118) ได้ให้ความหมายของแบบแผนการดำเนินชีวิต หมายถึง แบบแผนของการแสดงพฤติกรรมของบุคคล ซึ่งเป็นไปตามสภาพสังคม เศรษฐกิจ และ ความสามารถในการเลือกแสดงพฤติกรรมนั้น

เบนเน็ต (Bennett. 1975: 118) กล่าวว่า ปัจจัยที่มีความจำเป็นต่อการดำรงชีวิต คือ อาหาร ที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม สุขภาพแข็งแรง และมีความมั่นคงในชีวิตทั้งทางด้านเศรษฐกิจและ สังคม ชีวิต และการเมือง

การมีความสุขในชีวิตของคนแต่ละบุคคลไม่ใช่เรื่องที่ไม่สามารถกระทำได้ แต่แต่ละบุคคลมีความสุขในวิถีทางหรือการดำเนินชีวิตที่แตกต่างกันทั้งนั้น แต่ถ้าบุคคลใดมีการดำเนินชีวิตที่ไม่เหมาะสมหรือเลือกใช้ชีวิตผิดในการดำเนินชีวิต ซึ่งเป็นแนวทางการสร้างความสุขให้กับชีวิตนั้น บุคคลนั้นก็จะอาจจะหลงทางหรือไม่อาจจะพบกับความสุขในชีวิตได้เลย

เพ็ญศรี เปลียนขำ (2550: 27) ได้ให้คำแนะนำการปฏิบัติตนตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ไว้ดังนี้

1. ยึดความประหยัด ตัดทอนค่าใช้จ่ายในทุกด้าน ลดละความฟุ่มเฟือย ในการดำรงชีวิตอย่างจริงจัง

2. ยึดถือการประกอบอาชีพด้วยความถูกต้อง สุจริต แม้จะตกอยู่ในภาวะขาดแคลนในการดำรงชีพก็ตาม

3. ละเลิกการแก่งแย่งผลประโยชน์และแข่งขันกันในการการค้าขาย ประกอบอาชีพแบบต่อสู้กันอย่างรุนแรง

4. ไม่หยุดนิ่ง ที่จะหาทางให้ชีวิตหลุดพ้นจากความทุกข์ยาก โดยต้องขวนขวายใฝ่หาความรู้ ให้เกิดมีรายได้เพิ่มพูนขึ้นจนถึงขั้นพอเพียงเป็นเป้าหมายสำคัญ

5. ปฏิบัติตนในแนวทางที่ดี ลดละสิ่งชั่วให้หมดสิ้นไป ทั้งนี้ด้วยสังคมไทยที่ล่มสลาย เพราะยังมีจำนวนบุคคลมิใช่น้อยที่ดำเนินการโดยปราศจากความละอาย

วีณา มิตรยอดวงศ์ (2551: ออนไลน์) ได้กล่าวถึงการปฏิบัติตนตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงไว้ดังนี้

1. จะต้องยึดหลัก 3 คือ พออยู่ พอกิน พอใช้

2. ประหยัด โดยตัดทอนรายจ่ายจากความฟุ่มเฟือยในการดำรงชีวิต ไม่ฟุ้งเฟ้อ

3. ประกอบอาชีพด้วยความถูกต้องและสุจริต ไม่ประกอบอาชีพที่ผิดศีลธรรมและผิดกฎหมาย

กฎหมาย

4. ละเลิกการแก่งแย่งผลประโยชน์ และแข่งขันกันในการการค้าขาย

5. รู้จักแสวงหาความรู้เพิ่มเติม พยายามพัฒนาตนเองให้มีความรู้ความสามารถมากขึ้น นำความรู้ที่ได้รับไปปรับใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวัน

6. ใช้ความรู้ความสามารถพัฒนาภูมิปัญญาท้องถิ่น เพื่อเป็นการเพิ่มพูนรายได้ให้กับตนเอง ครอบครัว และชุมชน

7. ช่วยเหลือเกื้อกูลซึ่งกันและกัน มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ และมีความสามัคคีในครอบครัว

คณะอนุกรรมการขับเคลื่อนเศรษฐกิจพอเพียง (2547: 79-80) กล่าวว่า การจะนำเศรษฐกิจพอเพียงไปประยุกต์ใช้ให้ได้ผลในการดำเนินชีวิต จำเป็นต้องเริ่มต้นจากการมีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องว่าเศรษฐกิจพอเพียงหมายถึงอะไร และมีหลักการสำคัญอะไรบ้างที่จะนำไปใช้เป็นแนวทางในภาคปฏิบัติ ตลอดจนเห็นถึงประโยชน์จากการที่จะนำเศรษฐกิจพอเพียงไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันและการดำเนินชีวิตต่างๆ ร่วมกับผู้อื่น โดยคำนึงถึงการพึ่งตนเองเป็น

เบื้องต้นก่อน การกระทำอะไรที่ไม่สุดโต่งไปข้างใดข้างหนึ่ง การใช้เหตุผลเป็นพื้นฐานในการตัดสินใจและการกระทำต่างๆ เพื่อพร้อมรับการเปลี่ยนแปลง และไม่ทำอะไรที่เสี่ยงจนเกินไป มีความใฝ่รู้อย่างต่อเนื่อง และใช้ความรู้ด้วยความรอบคอบและระมัดระวัง รู้จักพอ ไม่โลภ รู้จักแบ่งปัน และช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

จะเห็นได้ว่า การปฏิบัติตามแนวเศรษฐกิจพอเพียงจะทำให้บุคคลนั้นสามารถดำรงชีวิตด้วยความถูกต้อง สุจริต การกระทำอะไรที่ไม่สุดโต่งไปข้างใดข้างหนึ่ง การใช้เหตุผลเป็นพื้นฐานในการตัดสินใจและการกระทำต่างๆ เพื่อพร้อมรับการเปลี่ยนแปลง เพื่อการดำเนินชีวิตในแนวทางที่ดีขึ้น

3.1 ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

ปัจจัยพื้นฐานเป็นปัจจัยที่สำคัญปัจจัยหนึ่ง ซึ่งความแตกต่างในพื้นฐานของบุคคลมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงการดำรงชีวิตประจำวัน และพฤติกรรมต่างๆ ซึ่งจะส่งผลต่อการดำเนินชีวิตประจำวันด้วย

3.1.1 อายุ

จากการศึกษางานวิจัยของสุภาณี ฝนทองมงคล (2546: บทคัดย่อ) ทำการวิจัยเรื่อง การศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตการทำงานของข้าราชการครูที่สังกัดกรุงเทพมหานคร ในสำนักงานเขตราชวัตรบูรณะ ผลการวิจัยพบว่า ระดับของคุณภาพชีวิตการทำงานของข้าราชการครู สังกัดกรุงเทพมหานคร ในสำนักงานเขตราชวัตรบูรณะ อยู่ในระดับมาก ตัวแปรทัศนคติต่องาน และโรงเรียน ตัวแปรความสัมพันธ์ในครอบครัว ตัวแปรมนุษยสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงาน และตัวแปรสถานภาพการสมรส สามารถร่วมกันทำนายคุณภาพชีวิตการทำงานของข้าราชการครู สังกัดกรุงเทพมหานคร ในสำนักงานเขตราชวัตรบูรณะ ได้ร้อยละ 29 ส่วนตัวแปรอิสระอื่น ๆ ได้แก่ เพศ อายุ การศึกษา เงินเดือน ประสบการณ์การทำงาน ไม่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตการทำงานของข้าราชการครู สังกัดกรุงเทพมหานคร ในสำนักงานเขตราชวัตรบูรณะ

เบญจวรรณ ธัญญอุตร (2549: บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง คุณภาพชีวิตการทำงานของข้าราชการครูโรงเรียนวัดศรีสุदारาม สังกัดสำนักงานเขตบางกอกน้อย กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า ข้าราชการครูโรงเรียนวัดศรีสุदारาม สังกัดสำนักงานเขตบางกอกน้อย กรุงเทพมหานคร มีคะแนนเฉลี่ยคุณภาพชีวิตการทำงานในภาพรวมอยู่ในระดับมาก ข้าราชการครูโรงเรียนวัดศรีสุदारาม สังกัดสำนักงานเขตบางกอกน้อย กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุ และสถานภาพการทำงานแตกต่างกัน มีคุณภาพชีวิตการทำงานไม่แตกต่างกัน ส่วนข้าราชการครูที่มีระดับการศึกษา ประสบการณ์ในการทำงาน ภาระงานในหน้าที่ และภาระงานอื่นที่แตกต่างกัน มีคุณภาพชีวิตการทำงานแตกต่างกัน

เฉลิมศรี ชุมเกษียณ (2550: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่องการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงกับภาวะการเป็นหนี้สินของข้าราชการทหาร สังกัดกองทัพอากาศ ในเขตพื้นที่กรุงเทพมหานคร พบว่า ข้าราชการทหารของกองทัพอากาศมีระดับความคิดเห็นต่อการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงในภาพรวมที่ระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.66 ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงในภาพรวม ได้แก่ เพศ อายุ ฐานะ และรายได้ ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะการเป็นหนี้สินของข้าราชการ ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา ฐานะ รายได้ อายุราชการ และรายได้ ส่วนผลของการหาความสัมพันธ์ระหว่างหนี้สินกับการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมีเพียงด้านความพอประมาณในการดำเนินชีวิต มีความสัมพันธ์กับภาวะการเป็นหนี้สิน โดยกลุ่มตัวอย่างที่ไม่มีภาระหนี้สิน มีหนี้สินเล็กน้อยมีการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงด้านความพอประมาณมากกว่ากลุ่มอื่น ๆ ทั้งนี้ผลการศึกษายังทำให้ทราบว่า การใช้จ่ายของกลุ่มประชากรที่ศึกษาส่วนใหญ่แล้วจะใช้จ่ายเกินความจำเป็นเพียงเพื่อต้องการรักษาสถานภาพทางสังคมของตนเองไม่ให้ด้อยไปกว่าคนอื่น

3.1.2 รายได้

ผู้วิจัยได้ศึกษาจากพวงผกา ชื่นเนตร (2538: บทคัดย่อ) ทำการศึกษาเกี่ยวกับเรื่องความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ โดยส่วนหนึ่งของการศึกษาดังกล่าวพบว่า ความพึงพอใจของรายได้เป็นปัจจัยหนึ่งที่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001 โดยที่ผู้สูงอายุที่มีรายได้พอใช้ หรือเหลือเก็บมีความพึงพอใจในชีวิตสูงกว่าผู้ที่ประเมินว่ารายได้ไม่พอใช้

ศศิพร ปาณิกบุตร (2544: 76) ทำการศึกษาปัจจัยทางสังคมและเศรษฐกิจที่มีความสัมพันธ์กับการดำเนินชีวิตของเกษตรกรในรูปแบบเศรษฐกิจพอเพียงตามแนวพระราชดำริทฤษฎีใหม่ พบว่า รายได้ ซึ่งเป็นปัจจัยทางเศรษฐกิจมีความสัมพันธ์กับการดำเนินชีวิตในรูปแบบเศรษฐกิจพอเพียงตามแนวพระราชดำริ

ธนภัทร์ สุทธิ (2550: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่องการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ เทศบาลตำบลด่านซ้าย อำเภอด่านซ้าย จังหวัดเลย พบว่า ผู้สูงอายุมีการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงโดยรวมในระดับปานกลาง และผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรส ระดับการศึกษา อาชีพหลักเดิม การประกอบอาชีพในปัจจุบัน และฐานะทางเศรษฐกิจแตกต่างกัน มีการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงแตกต่างกัน

4. การพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

แนวคิดเกี่ยวกับการพึ่งตนเอง เป็นทฤษฎีที่มุ่งช่วยให้บุคคลแก้ปัญหาการดำรงชีวิตด้วยการพึ่งพาตนเอง เลี้ยงตนให้อยู่รอด อยู่ดีและมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นตามลำดับ โดยมนุษย์ทุกคนมี

ศักยภาพที่จะดูแลและพึ่งพาตนเอง และควรมีความรับผิดชอบในชีวิตและการดำรงชีวิตของตน ซึ่งหากทุกคนถือเป็นความรับผิดชอบ และมีความสามารถที่จะเลี้ยงตนเองให้อยู่รอด อยู่ดีได้ ก็จะไม่เป็นภาระหรือก่อความเดือดร้อนให้แก่ผู้อื่นและสังคมในที่สุด ในทางตรงกันข้าม หากบุคคลไม่รับผิดชอบ หรือไม่มีความสามารถในการพึ่งตนเองแล้ว ก็จะต้องเดือดร้อนถึงผู้อื่น เป็นภาระและเป็นปัญหาต่อสังคมต่อไป ดังนั้น การพึ่งตนเองจึงเป็นการดำรงชีวิตที่เหมาะสม เพราะเป็นชีวิตที่ไม่เบียดเบียนกันและกัน ด้วยพระอัจฉริยภาพของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว จึงมีการประยุกต์นำทฤษฎีต่าง ๆ เข้ากับศาสตร์ทางการศึกษา เพื่อให้เห็นถึงแนวทางในการนำไปประยุกต์ใช้ได้อย่างชัดเจน (ทีศนา แคมมณี. 2542)

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวมีพระบรมราโชวาท มีพระราชดำรัสเกี่ยวกับหลักการพึ่งตนเอง สรุปดังนี้ (รงค์ ประพันธ์พงษ์. 2550: 38)

1. พึ่งตนเองทางจิตใจ หมายถึง คนที่มีจิตใจเข้มแข็ง ต่อสู้ชีวิตด้วยความสุจริตธรรมแม้ไม่ประสบความสำเร็จในชีวิต แต่ก็มิได้ท้อแท้
2. พึ่งตนเองทางสังคม หมายถึง การสร้างชุมชน หรือสังคมด้วยการช่วยเหลือเกื้อกูลกันทุกคนทำหน้าที่อย่างเต็มที่ เพื่อให้งานรุดหน้าพร้อมเพรียงกัน
3. พึ่งตนเองทางทรัพยากรธรรมชาติ หมายถึง การส่งเสริมความสามารถของผู้คนในท้องถิ่นในการแสวงหาทรัพยากรธรรมชาติในท้องถิ่นให้เกิดประโยชน์สูงสุด
4. พึ่งตนเองทางเทคโนโลยี หมายถึง การส่งเสริมให้มีการศึกษาทดลอง และทดสอบเพื่อให้ได้มาซึ่งเทคโนโลยีใหม่ๆ และสามารถนำไปใช้ปฏิบัติได้อย่างเหมาะสม
5. พึ่งตนเองทางเศรษฐกิจ หมายถึง สามารถอยู่ได้ด้วยตนเองในระดับเบื้องต้น แม้ไม่มีเงินก็ยังมีการทรัพยากรในท้องถิ่น เช่น ข้าว ผัก ปลา และผลไม้เพื่อการยังชีพ และสามารถนำไปสู่การพัฒนาเศรษฐกิจต่อไป

4.1 ความหมายของการพึ่งตนเอง

การพึ่งตนเองได้มีผู้ให้ความหมายไว้ ดังนี้

สุเมธ ตันติเวชกุล (2543: 2) กล่าวว่า การพึ่งตนเองหมายถึง ความสามารถในการดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างไม่เดือดร้อน ยึดทางสายกลางในการดำรงชีวิต และสามารถพึ่งตนเองได้เสรี พงศ์พิศ (2547: 17) กล่าวว่า การพึ่งตนเองหมายถึง ความสามารถของคนที่ช่วยเหลือตนเองให้ได้มากที่สุด โดยไม่เป็นภาระคนอื่นมากเกินไป มีความสมดุล มีความพอดี ในชีวิต เป็นสภาวะทางกายที่สอดคล้องกับสภาวะทางจิตที่เป็นอิสระ มีความพอใจในชีวิตที่เป็นอยู่ มีสิ่งจำเป็นปัจจัยสี่พอเพียง เป็นความพร้อมของชีวิตทั้งร่างกายและจิตใจ

สำนักงานคณะกรรมการพิเศษเพื่อประสานงานโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (2547: ออนไลน์) สรุปว่าการพึ่งตนเอง หมายถึง ความสามารถในการดำรงอยู่ได้อย่างอิสระ มั่นคง สมบูรณ์ ซึ่งการพึ่งตนเองได้นั้น มีทั้งในระดับบุคคลและชุมชน

เพ็ญศรี เปลี่ยนขำ (2550: 30) กล่าวว่า การพึ่งตนเองหมายถึง ความสามารถในการดำรงตนอยู่ได้อย่างอิสระ มั่นคงสมบูรณ์

วิบูลย์ เข็มเฉลิม (2550: ออนไลน์) กล่าวว่า การพึ่งตนเองหมายถึง การจัดชีวิตให้สัมพันธ์กับสิ่งต่างๆ อย่างเหมาะสมกับคนกับสังคม กับธรรมชาติรอบๆ ตัวเรา การพึ่งตนเองหมายถึง การมีสวัสดิการและความมั่นคงในชีวิตในปัจจุบันถึงอนาคต สวัสดิการที่พร้อมตอบสนองเราทันที โดยที่เราไม่ต้องไปเรียกร้องให้ใครมาจัดสวัสดิการให้ หรือให้ใครมาช่วยเหลือ"

สัญญา สัญญาวิวัฒน์ (2550: ออนไลน์) ให้ความหมายการพึ่งตนเองว่า “ความพอมีพอกิน” โดยแบ่งเป็นการพึ่งตนเอง 5 ด้าน คือ

1. ด้านจิตใจ ทำตนให้เป็นที่พึ่งของตนเอง มีจิตสำนึกที่ดี สร้างสรรค์ให้ตนเองและชาติโดยรวม
2. ด้านสังคม แต่ละชุมชนต้องช่วยเหลือเกื้อกูลกัน เชื่อมโยงกันเป็นการสร้างเครือข่ายชุมชน
3. ด้านทรัพยากรธรรมชาติ ให้ใช้และจัดการอย่างฉลาด พร้อมทั้งหามูลค่าเพิ่ม
4. ด้านเทคโนโลยี (ภูมิปัญญาชาวบ้าน) จากสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป เทคโนโลยีเข้ามาใหม่ซึ่งมีทั้งดีและไม่ดี แยกแยะยาก แต่ก็ต้องมีพอสมควรเพื่อการดำรงชีวิตในพื้นที่บ้าน การพัฒนาจะต้องสอดคล้องกับภูมิสังคม
5. ด้านเศรษฐกิจ ส่วนใหญ่นักพัฒนามักมุ่งที่การเพิ่มรายได้ แต่ไม่มีการมุ่งที่การลดรายจ่าย กล่าวคือต้องปรับทิศทางในเบื้องต้นมุ่งลดรายจ่ายก่อน

จะเห็นได้ว่าการพึ่งตนเองเป็น การปฏิบัติตนของบุคคลที่ดำรงชีวิตอยู่ได้โดยไม่เดือดร้อน ทำตนให้เป็นที่พึ่งของตนเอง และช่วยเหลือตนเองให้ได้มากที่สุด โดยไม่เป็นภาระคนอื่นมากเกินไป มีความมั่นคงสมบูรณ์ในชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

4.2 การดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

4.2.1 ด้านจิตใจ

ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมุ่งเน้นไปในการสร้างความ “พออยู่ พอกิน” ความเหมาะสมพอเพียงและความพอดีต่อการดำเนินชีวิต มีการพัฒนาคนให้สามารถพัฒนาความคิด จิตใจ ให้รู้จักกิน รู้จักใช้ตามอัตภาพ ตามความจำเป็นแห่งชีวิต

สุเมธ ตันติเวชกุล (2543: 2) กล่าวว่า การพึ่งตนเองด้านจิตใจ หมายถึง ต้องเข้มแข็งสามารถพึ่งตนเองได้ มีจิตสำนึกที่ดี เอื้ออาทร ประนีประนอมนึกถึงผลประโยชน์ส่วนรวม

สำนักงานคณะกรรมการพิเศษเพื่อประสานงานโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (2547: 1) สรุปหลักการพึ่งตนเองด้านจิตใจว่า หมายถึง ทำตนให้เป็นที่พึ่งของตนเอง มีจิตใจที่เข้มแข็ง มีจิตสำนึกที่ดีสร้างสรรค์ให้ตนเองและชาติโดยรวมมีจิตใจเอื้ออาทร ประนีประนอม ซื่อสัตย์ สุจริตเห็นประโยชน์ส่วนรวมเป็นที่ตั้ง ดังกระแสพระราชดำรัสในพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว

เกี่ยวกับการพัฒนาคน ความว่า “..บุคคลต้องมีรากฐานทางจิตใจที่ดี คือ ความหนักแน่น มั่นคงในสุจริตธรรมและความมุ่งมั่น ที่จะปฏิบัติหน้าที่ให้จนสำเร็จ ทั้งต้องมี คุศโลบายหรือวิธีการอันแยบยลในการปฏิบัติงานประกอบพร้อมด้วยจึงจะสัมฤทธิ์ผลที่ แหน่หนอ และบังเกิดประโยชน์อันยั่งยืนแก่ตนเองและแผ่นดิน...”

ณรงค์ศักดิ์ คุญูปถัมภ์ (2549: ออนไลน์) กล่าวว่า การพึ่งตนเองด้านจิตใจ หมายถึง ความ ถูกต้อง ความดีงาม (จริยธรรม คุณธรรม) ไม่เบียดเบียนหรือทำให้ผู้อื่น สภาพแวดล้อมต่าง ๆ เดือดร้อนและได้รับผลกระทบจากการกระทำของเรา เป็นตัวกำกับกาย สมองและจิตใจ

เพ็ญศรี เปลี่ยนขำ (2550: 30) กล่าวว่า การพึ่งตนเองด้านจิตใจ หมายถึง การมีสภาพ จิตใจที่กล้าแข็ง เพื่อที่จะสามารถต่อสู้กับปัญหาอุปสรรคต่าง ๆ ทั้งการหาเลี้ยงชีพ การพัฒนาชีวิต ให้เจริญก้าวหน้า การยึดมั่นปฏิบัติตนตามหลักทางสายกลางหรือมัชฌิมาปฏิปทา

วิทยา นนทันทนา (2551: ออนไลน์) กล่าวว่า การพึ่งตนเองด้านจิตใจ หมายถึง การทำตน ให้เป็นที่พึ่งตนเอง มีจิตสำนึกที่ดี สร้างสรรให้ตนเองและชาติโดยรวม มีจิตใจเอื้ออาทร ประนีประนอม เห็นประโยชน์ส่วนรวมเป็นที่ตั้ง

สุเมธ ตันติเวชกุล (2550: ออนไลน์) กล่าวว่า ผู้เดินตามรอยพระยุคลบาทเศรษฐกิจ พอเพียง ควรปฏิบัติตามหลักธรรมทฤษฎีธรรมมิกัตถประโยชน์ ซึ่งเป็นประโยชน์ในปัจจุบันที่มองเห็นกัน ในชาตินี้ คือ ทฤษฎีธรรมมิกัตถประโยชน์มี 4 ประการ คือ

1. อุฏฐานสัมมปทา ถึงพร้อมด้วยความขยันหมั่นเพียร
2. อารักขสัมมปทา ถึงพร้อมด้วยการรักษา
3. กัลป์ยาณมิตตตา ความมีเพื่อนเป็นคนดี
4. สมชีวิตา การเลี้ยงชีพตามกำลังทรัพย์ที่หาได้

มีผู้เรียกหลักธรรมทฤษฎีธรรมมิกัตถประโยชน์ว่า เป็นหัวใจเศรษฐกิจ ผู้ไม่ยากจนและต้องเป็น เศรษฐี จะต้องปฏิบัติตามหลักธรรมทฤษฎีธรรมมิกัตถประโยชน์ ซึ่งมีผู้เอาคำนำของหลักธรรม 4 ประการมาเป็นคาถาหัวใจเศรษฐกิจมีข้อความดังนี้ “อุ อา กะ สะ” ผู้ที่ไม่ยากจนจึงควรสวดคาถานี้ และปฏิบัติตามคาถานี้อยู่เสมอ

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวได้พระราชทานพระบรมราโชวาทเกี่ยวกับความพึงเพื่อดังนี้ “ความพึงเพื่อทำให้เกิดความไม่พอ คนเราพึงเพื่อก็ไม่มีทางที่จะหาทรัพย์มาป้อนความ พึงเพื่อได้ ความพึงเพื่อเป็นปากที่หิวไม่หยุด เป็นปากที่หิวตลอดเวลา ป้อนเท่าไรไม่พอ หาเท่าไรไม่พอ ฉะนั้นจะต้องหาทางป้องกันความพึงเพื่อและป้องกันการที่จะนำมาป้อนความพึงเพื่อ ซึ่งก็คือการทุจริต”

การที่จะป้องกันความพึงเพื่อก็คือ เดินตามรอยพระยุคลบาทเศรษฐกิจพอเพียง คือให้ รู้จักพอ พอใจและพอดี

ความพอ คือ ความไม่โลภ คนที่มีความโลภจะเป็นคนอยากได้ จะมีใจที่หิวโหยอยู่เสมอ คนที่รู้จักพอจะเป็นคนที่มีความสุข ตามคำกล่าวที่ว่า “รู้จักพอ ก่อสุขทุกสถาน”

ความพอใจ คือ ความสันโดษ เป็นคนที่มีความพอใจในสิ่งที่ตนมี ยินดีในสิ่งที่ตนได้ มีพระพุทธทระจะว่า “ความสันโดษเป็นทรัพย์อย่างยิ่ง”

ความพอดี คือ มัชฌิมาปฏิปทา หรือทางสายกลาง ไม่สุดโต่งข้างใดข้างหนึ่ง ไม่หย่อนเกินไปและไม่ตึงเกินไป ความพอดียังหมายถึง มัตตัญญูตา ความเป็นผู้รู้จักประมาณ คือ ความพอเหมาะพอดี เช่น รู้จักประมาณในการกินอาหาร รู้จักประมาณในการแสวงหา รู้จักประมาณในการใช้จ่ายพอเหมาะพอควร

คุณธรรม 4 ประการตามพระบรมราโชวาทตรงกับหลักธรรมของพระพุทธศาสนา ซึ่งพระบรมราโชวาท 4 เป็นธรรมสำหรับฆราวาส เป็นหลักการครองชีวิตของคฤหัสถ์ มี 4 ประการ ดังนี้

1. สัจจะ ความซื่อสัตย์ ซื่อตรง ความจริง คือ จริงใจ พูดจริง ทำจริง
2. ทมะ การข่มใจ รู้จักควบคุมจิตใจของตนเองปรับปรุงตนเองให้เจริญก้าวหน้าด้วยสติปัญญา
3. ขันติ ความอดทน อดกลั้น ทำงานด้วยความขยันหมั่นเพียร เข้มแข็ง ไม่หวั่นไหว ไม่ท้อถอย
4. จาคะ ความเสียสละ เสียสละประโยชน์ส่วนตนเพื่อประโยชน์ส่วนรวม สละความสุขสบายของตนในการทำประโยชน์เพื่อส่วนรวม เช่น ไม่เห็นแก่ตัว พร้อมทั้งจะร่วมมือช่วยเหลือเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ไม่คับแคบ เห็นแก่ตน หรือเอาแต่ใจตัว

“คนเราต้องมีศาสนา คือ ความคิดหรือสิ่งที่คิดประจำใจอันเป็นแนวทางปฏิบัติในใจ ประจำตัวและต้องมีการศึกษา คือ ความรู้ต่าง ๆ ทั้งในด้านจิตใจ ทั้งในด้านวัตถุ ทั้งสองอย่างเป็นสิ่งสำคัญและเป็นสิ่งที่แยกกันไม่ได้”

จากพระบรมราโชวาทที่อัญเชิญมา ผู้ที่เดินตามรอยพระยุคลบาท จึงควรมีอุดมคติในการดำรงชีวิตดังนี้

1. มีชีวิตอยู่ด้วยธรรมะและความดี
2. มีความข่มใจไม่ทำสิ่งที่รู้ด้วยใจว่าชั่ว ว่าเสื่อม
3. มีความกล้าที่จะกระทำสิ่งที่มีความดี ความถูกต้องและเป็นธรรม
4. มีความมุ่งมั่นในการทำความดี แม้จะทำได้ยากและเห็นผลช้า
5. มีความเอื้อเฟื้อต่อผู้อื่น โดยถือว่าการเสีย คือ การได้
6. มีความกล้าที่จะปฏิบัติหน้าที่ให้เป็นไปตามความถูกต้องเที่ยงตรง
7. มีความมั่นคงในความซื่อสัตย์สุจริต และความถูกต้องตามทำนองคลองธรรม
8. มีความประพฤติชอบและการเลี้ยงชีพชอบ
9. มีศาสนาเป็นแนวทางปฏิบัติในใจและมีการศึกษาทั้งในด้านจิตใจและในด้านวัตถุ เป็นเครื่องมือในการดำเนินชีวิต

รังสรรค์ ประเสริฐศรี (2548: 33-34) ได้กล่าวว่า จากผลการวิจัยได้ระบุอารมณ์ซึ่งเป็นสากล 6 ประการ คือ ความโกรธ ความกลัว ความเสียใจ ความสุข ความเบื่อหน่าย และความ

ประหลาดใจ ซึ่งอารมณ์พื้นฐานเหล่านี้จะปรากฏอยู่ในที่ทำงาน เช่น ฉันทู้สึกโกรธ (Angry) หลังจากได้รับทราบ คำตำหนิว่าทำงานไม่ดี ฉันทู้กลัว (Fear) ว่าจะถูกเลิกจ้างจากผลที่บริษัทตดงบประมาณ ฉันทู้สึกเสียใจ (Sad) เกี่ยวกับเพื่อนร่วมงานคนหนึ่งออกไปทำงานใหม่ในเมืองอื่น ฉันทู้มีความสุข (Happy) หลังจากได้รับการคัดเลือกให้เป็น “พนักงานดีเด่นของเดือน” ฉันทู้สึกเบื้อหน่าย (Disgusted) ในวิธีการที่หัวหน้ากระทำต่อผู้หญิงในที่มงานของเรา และฉันทู้สึกประหลาดใจ (Surprised) ที่ได้ทราบว่ฝ่ายบริหาร มีแผนการจัดการโครงสร้างใหม่ของ “โครงการเกษียณอายุ” ของบริษัทให้เสร็จสมบูรณ์

คนทำงานแลกเปลี่ยนเรียนรู้ (2551: ออนไลน์) ได้กล่าวถึงการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจ และอารมณ์เป็นผลมาจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย เช่น ความเจ็บป่วย การเสื่อมของระบบต่างๆ ในร่างกาย สิ่งเหล่านี้ก่อให้เกิดความวิตกกังวล กตดันทางอารมณ์ และจากการเปลี่ยนแปลงทางด้านบทบาทสังคม เช่น การเกษียณอายุ การสูญเสียบทบาทในการเป็นหัวหน้าครอบครัว การเสียชีวิตของ คู่สมรส ญาติ คนใกล้ชิดหรือเพื่อน เหล่านี้มีผลกระทบต่อจิตใจของผู้สูงอายุ ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจและอารมณ์ของผู้สูงอายุ ดังนี้

1. อารมณ์เปลี่ยนแปลงง่าย กลัวถูกทอดทิ้ง ขาดความมั่นใจในตนเอง สูญเสียความคุ้นเคย ไม่สามารถปรับตัวได้เพราะมีปมด้อย

2. นิสัยเปลี่ยนไป เจื้อยซาต่อเหตุการณ์ ไม่เข้าสังคม เก็บตัวอยู่ในบ้าน ไม่นึกสนุกสนาน คิดระแวงสงสัย คิดว่ตนไม่มีประโยชน์ เป็นภาระต่อผู้อื่น ซึมเศร้า หงุดหงิด โกรธง่าย ใจน้อย

3. ความทุกข์ใจ คิดถึงอดีตด้วยความเสียดาย อาลัยอาวรณ์ คิดถึงปัจจุบันด้วยความวิตก เศร้าสลด หวาดระแวง คิดถึงอนาคตด้วยความหวาดกลัว ว่าเหว่ ในรายที่สูญเสียคู่ชีวิต

สมใจ ลักษณะ (2549: 82-84) ได้กล่าวถึงความสำคัญของอารมณ์ไว้ว่ เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้ตามสภาพแวดล้อมและสิ่งเร้าที่มากกระทบ แต่การแสดงออกทางอารมณ์จะเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุดที่มีผลกระทบต่อผู้แสดงอารมณ์ และถึงผู้ที่ได้รับผลของการแสดงอารมณ์ ความสามารถในการควบคุมการแสดงอารมณ์จึงเป็นความสามารถที่สำคัญที่ทำให้บังเกิดผลดีต่อบุคคลอย่างยิ่ง

สงวน สุทธิเลิศอรุณ (2545: 359-363) ได้กล่าวถึงการเสริมสร้างชีวิตให้เป็นสุขเป็นความสุขจากการดำเนินชีวิตในครอบครัวให้เป็นสุขจะต้องมีความพร้อมในด้านจิตใจ ไม่เป็นโรคจิตหรือโรคประสาท หรือเป็นผู้ที่มีความเบี่ยงเบนทางเพศ และมีความพร้อมทางด้านความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ คือ 1) รู้จักอารมณ์ของตนเอง 2) ควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ 3) พัฒนาอารมณ์ของตนเองได้ และ 4) รู้จักและเข้าใจอารมณ์ของผู้อื่นได้ รู้ว่าคู่สมรสของเราชอบอะไรและไม่ชอบอะไร นอกจากนี้วิธีการเสริมสร้างความสุขจากการทำงานในด้านการเสริมสร้างจิตให้เป็นสุข ได้เสนอไว้ดังนี้

1. การเข้าถึงธรรมชาติ ถ้ามมนุษย์เราเข้าถึงธรรมชาติ ซึ่งมีความสัมพันธ์และเกื้อกูลกันทุกคนจะลดความเห็นแก่ตัว และรักในเพื่อนมนุษย์ ทำให้เรามีความสุขมากขึ้น

2. การออกกำลังกาย ถ้าเราออกกำลังกายสม่ำเสมอ ร่างกายจะแข็งแรง สมบูรณ์ จิตใจย่อมสดใส จะอยู่ในเรือนร่างที่แข็งแรงสมบูรณ์ ทำให้เรามีความสุขมากขึ้น

3. การทำงาน ถ้าเรารักและชอบงานที่ทำ ก็จะทำงานด้วยความรักและความเพลิดเพลิน ทำให้เราได้มีความสุขมากขึ้น

4. มีความเมตตา ถ้ามนุษย์มีความเมตตา กรุณา และเอื้ออาทรต่อผู้อื่น เราก็จะมีความสบายใจและมีความสุขได้

5. การเจริญสติ ถ้ามนุษย์สนใจและเจริญสมาธิ ก็ย่อมจะเกิดความสุขก็มีความสุขได้ นิสารัตน์ ศิลปเดช (2539: 85-86) ได้สรุปไว้ว่า องค์ประกอบที่จะทำให้บุคคลมีคุณภาพชีวิตที่ดี หรือมีลักษณะของชีวิตที่มีความสุข ความสมบูรณ์ และมีความพึงพอใจในการมีชีวิตได้อย่างแท้จริงในด้านจิตใจและอารมณ์ หมายถึง การเป็นผู้มีจิตใจที่ดี มีอารมณ์แจ่มใสมั่นคงไม่แปรปรวน หงุดหงิดง่าย โมโหง่าย จิตใจมีคุณธรรม ไม่อิจฉาริษยา หรือเคียดแค้นพยาบาทผู้อื่นเป็นผู้มองโลกในแง่ดี มีความโอบอ้อมอารี พร้อมที่จะช่วยเหลือผู้ที่ตกทุกข์ได้ยากหรือเดือดร้อนเสมอ การมีพื้นฐานด้านจิตใจและอารมณ์ที่ดี จะช่วยให้บุคคลเกิดความสุขและสงบในการดำรงชีวิต

สรุปได้ว่าการพึ่งตนเองด้านจิตใจ หมายถึง การปฏิบัติตนในการทำสิ่งต่าง ๆ ที่ถูกต้อง ดีงาม พึ่งพาตนเองได้อย่างมีความสุข ทั้งกายและจิตใจ มีจิตสำนึกที่ดี มีจิตใจเอื้ออาทร ซื่อสัตย์ สุจริต มีจิตใจที่เข้มแข็งและมีคุณธรรม จริยธรรม ในการดำรงชีวิต

4.2.2 ด้านสังคม

วิถีชีวิตของคนไทย ดำเนินชีวิตด้วยความเรียบง่าย มีการพึ่งพาอาศัยกัน ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน และรู้จักการแบ่งปัน ดำรงชีวิตแบบพออยู่ พอกิน ไม่ฟุ้งเฟ้อ ไม่ฟุ่มเฟือย ใช้ชีวิตตามฐานะของตนเอง จึงทำให้ชีวิตในแต่ละวันมีความสุข

สุเมธ ตันติเวชกุล (2543: 2) กล่าวว่า การพึ่งตนเองด้านสังคมหมายถึง การช่วยเหลือเกื้อกูลกันความสามารถในการช่วยเหลือเกื้อกูลกัน สร้างความเข้มแข็งให้แก่ชุมชน รู้จักผนึกกำลัง และที่สำคัญมีกระบวนการเรียนรู้ที่เกิดจากฐานรากที่มั่นคงและแข็งแรง

สำนักงานคณะกรรมการพิเศษเพื่อประสานงานโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (2547: 2) เสนอว่า การพึ่งตนเองทางสังคมหมายถึง การที่ชุมชนต้องช่วยเหลือเกื้อกูลกันเชื่อมโยงกันเป็นเครือข่ายชุมชนที่แข็งแรงเป็นอิสระ ดังกระแสพระราชดำรัส ความว่า “...เพื่อให้งานรุดหน้าไปพร้อมเพรียงกันไม่ลดหล่น จึงขอให้ทุกคนพยายามที่จะทำงานในหน้าที่อย่างเต็มที่ และให้มีการประชาสัมพันธ์กันให้ดี เพื่อให้งานทั้งหมดเป็นงานที่เกื้อหนุนสนับสนุนกัน...”

เพ็ญศรี เป็ลียนขำ (2550: 30) กล่าวว่า การพึ่งตนเองด้านสังคมหมายถึง การที่กลุ่มคนมีความเป็นปึกแผ่น เหนียวแน่น มีผู้นำที่มีประสิทธิภาพ สามารถนำกลุ่มคนเหล่านี้ให้ดำเนินการใด ๆ เพื่อบรรลุเป้าหมายด้วยตนเอง หรือสามารถหาความช่วยเหลือจากภายนอกเข้ามาช่วย ทำให้ชุมชนช่วยตนเอง

วิทยา นนทน์ภา (2551: ออนไลน์) ได้ให้ความหมายของการพึ่งตนเองด้านสังคมว่า หมายถึง แต่ละชุมชนต้องช่วยเหลือเกื้อกูลกัน เชื่อมโยงกัน เป็นเครือข่ายชุมชนที่แข็งแรง เป็นอิสระ คณะทำงานเศรษฐกิจพอเพียง (2550: ออนไลน์) กล่าวถึง การประยุกต์ใช้ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงในงานพัฒนาชุมชน มีดังนี้

ความหมายเศรษฐกิจพอเพียงในงานพัฒนาชุมชน แบ่งออกเป็น 3 ระดับ ดังต่อไปนี้

1. ระดับจิตสำนึก เกิดขึ้นจากการที่สมาชิกในชุมชนแต่ละคนตระหนักถึงความสุขและความพอใจในการใช้ชีวิตอย่างพอดี (ความสันโดษ) และรู้สึกถึงความพอเพียง คือ ดำเนินชีวิต **"อย่างสมถะ"** ประกอบสัมมาอาชีพหาเลี้ยงตนเองได้อย่างถูกต้อง ไม่อดอยาก หรือโลภแล้วตักตวง หรือเบียดเบียนผู้อื่นจนเกิดความจำเป็นแต่คิดเผื่อแบ่งปันไปยังสมาชิกคนอื่น ๆ ในชุมชนด้วย อย่างไรก็ตาม แม้ว่าความพอเพียงของสมาชิกแต่ละคนจะไม่เท่าเทียมกัน แต่สมาชิกทุกคนที่ดำเนินชีวิตตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงเห็นสอดคล้องกันในการยึดมั่นหลักการ 3 ประการ คือ

1.1 การใช้ชีวิตบนพื้นฐานของการรู้จักตนเอง รู้จักพัฒนาตนเองด้วยการพยายามทำจิตใจให้ผ่องใสรวมทั้งมีความเจริญและมีความเย็นใจในจิตใจอยู่เป็นประจำอย่างต่อเนื่อง

1.2 การคิดพึ่งพาตนเองและพึ่งพาซึ่งกันและกัน ในการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ คือ เมื่อมีปัญหาจากการดำเนินชีวิต ก็ให้ใช้สติปัญญาไตร่ตรองหาสาเหตุของปัญหาและแก้ไขไปตามเหตุและปัจจัย ด้วยความสามารถและศักยภาพที่ตนเองมีอยู่ ก่อนที่คิดพึ่งผู้อื่น และมีการปรึกษาหารือ ถ้อยทีถ้อยอาศัยช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

1.3 การใช้ชีวิตอย่างพอเพียง รู้จักลดกิเลสและความต้องการของตนเองลง เพื่อให้เหลือแรงและเวลาในการพัฒนาคุณภาพชีวิต ตลอดจนทำประโยชน์ให้แก่ส่วนรวมได้มากขึ้น

2. ระดับปฏิบัติ: ในการนำหลักการเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในระดับปฏิบัติ แบ่งได้เป็น 4 ขั้นตอน คือ 1) พึ่งตนเองได้ 2) อยู่ได้อย่างพอเพียง 3) อยู่ร่วมกันอย่างเอื้ออาทร และ 4) อยู่ดียั่งยืนขึ้นด้วยการเรียนรู้โดยแต่ละขั้นตอน มีรายละเอียด ดังนี้

ขั้นแรก สมาชิกในชุมชนควรยึดหลักของการ **"พึ่งตนเอง"** คือต้องพยายามพึ่งตนเองให้ได้ในระดับครอบครัวก่อน ให้แต่ละครอบครัวมีการบริหารจัดการอย่างพอดีและประหยัด ไม่ฟุ่มเฟือย โดยสมาชิกแต่ละคนต้องรู้จักตนเอง เช่น รู้ข้อมูลรายรับ - รายจ่าย ในครอบครัวของตนเอง และสามารถรักษาระดับการใช้จ่ายของตนไม่ให้เกินหนี้และสมาชิกจะต้องรู้จักตั้งศักยภาพที่มีอยู่ในตนเองออกมาใช้ให้เกิดประโยชน์ให้มากที่สุด โดยเฉพาะควรสามารถพึ่งตนเองได้ในเรื่องของปัจจัยสี่ให้ได้ระดับหนึ่ง

ขั้นที่สอง หลังจากทีสมาชิกพึ่งตนเองได้ในด้านปัจจัยสี่ ดังกล่าวข้างต้นได้แล้ว สมาชิกทุกคนควรพัฒนาตนเอง ให้สามารถ **"อยู่ได้อย่างพอเพียง"** คือ ดำเนินชีวิต โดยยึดหลักทางสายกลาง **มัชฌิมาปฏิปทา** ให้ตนเองอยู่ได้อย่างสมดุล คือมีความสุขที่แท้ โดยไม่ให้อารมณ์ขาดแคลนจนต้องเบียดเบียนตนเองหรือดำเนินชีวิตอย่างเกินพอดีจนต้องเบียดเบียนผู้อื่น หรือเบียดเบียนสิ่งแวดล้อมแต่ให้ดำเนินชีวิตดังที่สมาชิกในภาคเหนือเรียกว่าเป็นการดำเนินชีวิตด้วยการทำเกษตร

แบบ "แกงโสะ" คือ ให้มุ่งทำเกษตรแบบพออยู่พอกินปลูกไว้กินเองก่อน หากเหลือจะขายและขยายพันธุ์ รวมทั้งสนับสนุนให้มีการลงแขก เพื่อเสริมสร้างความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกแทนการใช้เครื่องจักรเพื่อทุ่นแรง

ขั้นที่สาม สมาชิกในชุมชนควร "อยู่ร่วมกันอย่างเอื้ออาทร" คือ มีความคิดที่แจกจ่ายแบ่งปันให้ผู้อื่น ซึ่งจะทำให้ได้เพื่อนและเกิดเป็นวัฒนธรรมที่ดี ที่จะช่วยลดความเห็นแก่ตัว และสร้างความพอเพียงให้เกิดขึ้นในจิตใจ เช่น ในการจัดทรัพยากรป่านั้น สมาชิกที่อาศัยอยู่ในบริเวณป่า จะมุ่งเก็บผลผลิตจากป่า เพื่อมาใช้ในการยังชีพให้พออยู่พอกิน พอเหลือจึงค่อยแจกจ่ายออกไปด้วยวิธีให้ ไม่ใช่ด้วยวิธีขาย ซึ่งเมื่อทำได้ดังนั้นก็ทำให้สมาชิกมีทรัพยากรใช้หมุนเวียนได้ตลอดทั้งปีอย่างพอเพียงเพราะเก็บไปเพื่อกิน ไม่ได้เก็บไปขายเพื่อเร่งหาเงิน ซึ่งการมีจิตใจที่แบ่งปันกันนี้ จะเป็นพื้นฐานทำให้เกิดการรวมกลุ่มทางสังคมสร้างเป็นเครือข่ายเชื่อมโยงระหว่างสมาชิกต่อไป

ขั้นสุดท้าย สมาชิกควร "อยู่ดียิ่งขึ้นด้วยการเรียนรู้" คือ ต้องรู้จักพัฒนาตนเอง โดยการเรียนรู้จากธรรมชาติและประสบการณ์ในโลกกว้างด้วยตนเอง หรือจากการแลกเปลี่ยนร่วมกับผู้อื่น ให้เกิดเป็นชุมชนแห่งการเรียนรู้ที่ทุกคนช่วยกันพัฒนาชีวิตของตนเองและผู้อื่นร่วมกัน มีการสืบทอดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาภูมิปัญญาท้องถิ่นและพัฒนาให้เป็นสังคมที่มั่นคงและยั่งยืนตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียง

ในระดับปฏิบัติมีกิจกรรมในชุมชนที่สอดคล้องกับปรัชญาของเศรษฐกิจ สามารถจัดประเภทของกิจกรรมเป็น 2 กลุ่มกิจกรรมหลัก ดังนี้

2.1 การรวมกลุ่มกันเพื่อทำกิจกรรมร่วมกันของสมาชิกในชุมชนด้วยทุนทางสังคมที่มีอยู่ ชุมชนได้รวมตัวกันทำกิจกรรมต่อต้านยาเสพติด กิจกรรมการรวมกลุ่มเพื่อเรียนรู้ร่วมกัน ผ่านศูนย์การเรียนรู้หรือโรงเรียนเกษตรกรในหมู่บ้าน การจัดตั้งร้านค้าที่เป็นของชุมชนเอง การจัดตั้งกลุ่มออมทรัพย์ การจัดตั้งกองทุนสวัสดิการ การรวมกลุ่มอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม และกิจกรรมการผลิตของกลุ่มต่าง ๆ เช่น การรวมกลุ่มทำขนมของแม่บ้าน หรือการรวมกลุ่มเพื่อปลูกพืชผักสวนครัว นอกจากนี้ ชุมชนยังได้ตั้งกองทุนข่าวสารร่วมกับชุมชนอื่น ๆ ในต่างภูมิภาคเพื่อค้าขายหรือผลิระหว่างกัน รวมทั้งเพื่อการเรียนรู้แลกเปลี่ยนประสบการณ์และขยายผลการพัฒนาไปยังเครือข่ายชุมชนอื่น ๆ ด้วย

2.2 กิจกรรมส่งเสริมคุณธรรม จิตสำนึกท้องถิ่น ส่งเสริมวิถีชีวิตและวัฒนธรรมของเศรษฐกิจพอเพียง ชุมชนได้ริเริ่มกิจกรรมที่มุ่งปลูกฝังจริยธรรมความดีงามและจิตสำนึกรักท้องถิ่นให้เกิดแก่สมาชิกของชุมชน เช่น กิจกรรมที่ปลูกฝังสมาชิกในชุมชน ให้มีความเอื้ออาทรต่อกัน มากกว่าคำนึงถึงตัวเงินหรือวัตถุเป็นพื้นฐานความสัมพันธ์ กิจกรรมที่ส่งเสริมให้สมาชิกทำบุญซื่ออย่างโปร่งใสและสุจริต กิจกรรมการพัฒนาครูในชุมชนให้มีคุณภาพ และมีจิตผูกพันกับท้องถิ่นเป็นสำคัญ รวมทั้งกิจกรรมที่ส่งเสริมให้สมาชิกในชุมชนพึ่งตนเอง ก่อนที่จะพึ่งหรือขอความช่วยเหลือจากคนอื่น

3. ระดับปฏิเวธ (ผลที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติ): ความหมายของปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง จากประสบการณ์ที่แลกเปลี่ยนกันนั้น ครอบคลุมไปถึงการวัดผลจากการปฏิบัติตามหลักข้างต้นด้วย กล่าวคือ สมาชิกในแต่ละชุมชนได้พัฒนาชีวิตของตนเองให้ดีขึ้น โดยเริ่มจากการพัฒนาจิตใจให้เกิดความพอเพียงในทุกระดับของการดำเนินชีวิต ทั้งในระดับครอบครัว ชุมชน และขยายไปถึงระดับสังคม ดังนี้

3.1 ความพอเพียงในระดับครอบครัว คือ การที่สมาชิกในครอบครัวมีความจำเป็นอยู่ในลักษณะที่พึ่งพาตนเองได้อย่างมีความสุข ทั้งกายและจิตใจ สามารถดำเนินชีวิตได้โดยไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น รวมทั้งไม่เป็นหนี้หรือภาระด้านหนี้สินของตนเองและครอบครัว แต่สามารถหาปัจจัย 4 มาเลี้ยงตนเองได้ โดยที่ยังมีเหลือเป็นส่วนออมของครอบครัวด้วย

3.2 ความพอเพียงในระดับชุมชน คือ เกิดขึ้นจากการที่สมาชิกจากแต่ละครอบครัวในชุมชนมีความพอเพียงในระดับครอบครัวก่อนที่จะรู้จักการรวมกลุ่มกันเพื่อทำประโยชน์เพื่อส่วนรวม เช่น บริหารจัดการปัจจัยต่าง ๆ เช่น ทรัพยากร ภูมิปัญญา หรือศักยภาพของสมาชิกในท้องถิ่นที่มีอยู่ ให้สามารถนำไปดำเนินชีวิตได้อย่างถูกต้องและสมดุล เพื่อให้เกิดความเป็นอยู่ที่พอเพียงของชุมชนโดยรวมในที่สุด

3.3 ความพอเพียงในระดับสังคม คือ เกิดขึ้นจากการรวมกลุ่มของชุมชนหลาย ๆ แห่งที่มีความพอเพียง มาร่วมกันแลกเปลี่ยนความรู้ สืบทอดภูมิปัญญาและร่วมกันพัฒนาตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อสร้างเป็นเครือข่ายเชื่อมโยงระหว่างชุมชน ให้เกิดเป็นสังคมแห่งความพอเพียงในที่สุด

ศักดิ์สิน ช้องดารากุล (2550: 51) กล่าวถึงสภาพสังคมไทย ดังนี้

1. สังคมคุณภาพ เป็นสังคมที่ยึดหลักความสมดุล ความพอดี สามารถสร้างคนทุกคนให้เป็นคนดี คนเก่ง พร้อมด้วยคุณธรรม จริยธรรม มีวินัย มีความรับผิดชอบ มีจิตสำนึกสาธารณะ พึ่งตนเองได้ คนมีคุณภาพที่ดี มีความสุข อยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี มีเมืองและชุมชนน่าอยู่ มีระบบดี มีประสิทธิภาพ ระบบเศรษฐกิจมีเสถียรภาพ มีความเข้มแข็งและแข่งขันได้ ได้รับการพัฒนาอย่างยั่งยืนและสมดุลกับทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ระบบการเมืองการปกครองโปร่งใสเป็นประชาธิปไตย ตรวจสอบได้ และมีความเป็นธรรมในสังคมไทย

2. สังคมแห่งภูมิปัญญาและการเรียนรู้ เปิดโอกาสให้คนไทยทุกคนสามารถคิดเป็น ทำเป็น มีเหตุผล มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ สามารถเรียนรู้ได้ตลอดชีวิต รู้เท่าทันโลก พร้อมรับการเปลี่ยนแปลง สามารถสั่งสมทุนปัญญา รักษาและต่อยอดภูมิปัญญาท้องถิ่นได้อย่างเหมาะสม

3. สังคมสมานฉันท์และเอื้ออาทรต่อกัน ดำรงไว้ซึ่งคุณธรรมและคุณค่าของเอกลักษณ์สังคมไทยที่พึงพาเกื้อกูลกัน รู้รัก สามัคคี มีจารีตประเพณีดีงาม มีความเอื้ออาทร รักภูมิใจในชาติ และท้องถิ่น มีสถาบันครอบครัวที่เข้มแข็ง ตลอดจนเครือข่ายชุมชนทั่วประเทศ

สรุปได้ว่าการพึ่งตนเองด้านสังคม หมายถึง การปฏิบัติตนในการดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข โดยไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น สามารถพึ่งพาตนเองและพึ่งพาซึ่งกันและกัน ตลอดจนมีการช่วยเหลือซึ่งกันและกันในการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ

4.2.3 ด้านทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม

ยूपเฮอร์ โตคีรี (2541: ออนไลน์) กล่าวว่า ทรัพยากรธรรมชาติ คือสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติ สามารถเอื้อประโยชน์ต่อการดำรงชีวิตของมนุษย์และสิ่งมีชีวิตอื่น ๆ ได้ ซึ่งมีทั้งทรัพยากรที่มีชีวิตและไม่มีชีวิต โดยมีการแบ่งประเภทของทรัพยากรตามหลักการใช้ประโยชน์เป็น 3 ประเภท คือ

1. ทรัพยากรธรรมชาติที่ใช้แล้วหมดไป (Exhausted Natural Resources) ได้แก่ น้ำมัน แร่ธาตุ ดิน เป็นต้น
2. ทรัพยากรธรรมชาติประเภทที่ใช้แล้วทดแทนได้ (Renewable Natural Resources) ได้แก่ ป่าไม้ สัตว์ป่า สัตว์น้ำทรัพยากรธรรมชาติ
3. ประเภทที่ใช้แล้วไม่หมด (Non-Exhausted Natural Resources) ได้แก่ น้ำ อากาศ แสงอาทิตย์ เป็นต้น

สุเมธ ตันติเวชกุล (2543: 2) กล่าวถึง การพึ่งตนเองด้านทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมหมายถึง การใช้และจัดการทรัพยากรอย่างชาญฉลาด พร้อมทั้งหาทางเพิ่มคุณค่า โดยยึดอยู่บนหลักของความยั่งยืน

สำนักงานคณะกรรมการพิเศษเพื่อประสานงานโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (2547: 2) สรุปว่า การพึ่งตนเองด้านทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม หมายถึง ให้ใช้และจัดการอย่างฉลาดพร้อมทั้งการเพิ่มมูลค่าโดยให้ยึดหลักการของความยั่งยืนและเกิดประโยชน์สูงสุด ดังกระแสพระราชดำรัส ความว่า “..ถ้ารักษาสิ่งแวดล้อมให้เหมาะสม นึกว่าอยู่ได้อีกหลายร้อยปีถึงเวลานั้นลูกหลานของเราก็อาจหาวิธีแก้ปัญหาต่อไป เป็นเรื่องของเขาไม่ใช่เรื่องของเร แต่เราก็ทำได้ ด้รักษาสิ่งแวดล้อมไว้ให้พอสมควร.....”

เพ็ญศรี เปลี่ยนขำ (2550: 30) กล่าวว่า การพึ่งตนเองด้านทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม หมายถึง ความสามารถในการใช้ทรัพยากรธรรมชาติที่มีอยู่ให้เกิดประโยชน์สูงสุด และความสามารถในการศึกษาทรัพยากรธรรมชาติให้ดำรงอยู่ ไม่ให้เสื่อมเสียไปจนหมดสิ้น หรือไม่ให้เสียดุลธรรมชาติ

วิทยา นนทันทนา (2551: ออนไลน์) กล่าวว่า การพึ่งตนเองด้านทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมหมายถึง การใช้และจัดการทรัพยากรธรรมชาติอย่างชาญฉลาด พร้อมทั้งหาทางเพิ่มมูลค่า โดยให้ยึดอยู่บนหลักการของความยั่งยืน

พิมพ์มล แก้วมณี (2549: 218) กล่าวว่า การใช้ทรัพยากร อย่างประหยัดและมีประสิทธิภาพ ดังนี้

1. ใช้วัตถุดิบที่มีในท้องถิ่น หรือผลิตวัตถุดิบเองแทนการซื้อจากภายนอก
2. เน้นการใช้ทรัพยากรในพื้นที่ให้เกิดประโยชน์สูงสุด เช่น ปลูกพืชแซมในพื้นที่หลากหลายชนิดเพื่อเพิ่มรายได้ ปลูกพืชสมุนไพรที่ใช้เป็นส่วนผสมน้ำหมัก เป็นต้น ทั้งนี้ต้องคำนึงถึงความเหมาะสมของพื้นที่นั้นๆ
3. การนำของเหลือกลับไปใช้ให้เกิดประโยชน์ เช่น ใช้หญ้าเน่ากลับมาเป็นปุ๋ยควรมีการปลูกฝังจิตสำนึกในการรักษาสິงแวดล้อมให้แก่เยาวชนในการใช้ทรัพยากรที่มีในท้องถิ่น ผลิตวัตถุดิบเองหรือใช้วัตถุดิบในท้องถิ่น แทนการซื้อจากภายนอก ใช้วัตถุดิบในการผลิตที่มีคุณภาพให้เกิดคุณค่าและประโยชน์สูงสุด เน้นการใช้วัตถุดิบ รวมถึงยังมีการวางแผนการผลิตและการจัดการของเหลือจากการผลิต

สาเหตุหลักของการสูญเสียความหลากหลายทางทรัพยากรและสิ่งแวดล้อม มีดังนี้

1. การใช้ทรัพยากรมากเกินไปจนกำลัง หรือเกินสมรรถนะการรองรับของระบบนิเวศ (Carrying Capacity) หากมีการใช้ทรัพยากรจนเกินกว่าที่ทรัพยากรนั้นจะสามารถฟื้นคืนสภาพเองได้ ก็จะหมดไปในที่สุด และเกิดการสูญพันธุ์
2. การใช้ทรัพยากรและการพัฒนาในรูปแบบต่าง ๆ ที่ก่อเกิดการทำลายถิ่นที่อยู่อาศัย (Habitat) หรือถิ่นที่อยู่มีขนาดพื้นที่ลดลง เช่น การสร้างถนน ทำให้เกิดการแบ่งพื้นที่เป็นผืนเล็ก ผืนน้อย การสร้างเขื่อนทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงระบบนิเวศจากบนบกกลายเป็นระบบนิเวศน้ำ ซึ่งสิ่งเหล่านี้ล้วนมีผลต่อการดำรงชีวิตของสัตว์ทั้งสิ้น อีกทั้งความเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยีก็เร่งให้อัตราการใช้ทรัพยากรได้รวดเร็วขึ้นด้วย
3. การใช้ทรัพยากรเพื่อการเกษตรและการพัฒนาการเกษตร ซึ่งนอกจากจะใช้พื้นที่แล้ว การใช้สารเคมีต่างๆ มีผลต่อการสูญพันธุ์ของสิ่งมีชีวิต
4. การนำสิ่งมีชีวิตต่างถิ่นเข้ามา ทำให้สูญเสียความหลากหลายทางพันธุกรรม โดยเฉพาะอย่างยิ่งในพื้นที่ที่เป็นเกาะหรือพื้นที่เล็ก เนื่องจากชนิดพันธุ์ใหม่จะแทนที่ชนิดพันธุ์ดั้งเดิมจนหมดไป
5. การเปลี่ยนแปลงภูมิอากาศของโลก ซึ่งการเกิดปรากฏการณ์โลกร้อน จะทำให้น้ำทะเลมีระดับสูงขึ้น ทำให้พื้นที่ที่ต้องถูกน้ำท่วมไปก็จะสูญเสียความหลากหลายทางชีวภาพไปด้วย
6. การดำเนินนโยบายของรัฐที่มีผลต่อการใช้ทรัพยากร การพัฒนาประเทศตามนโยบาย และแผนการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ มีผลทำให้ทรัพยากรลดลง ทั้งพื้นที่ป่า ความเสื่อมโทรมของดิน เหล่านี้ล้วนแต่มีผลต่อการใช้ทรัพยากรทั้งสิ้น
7. จากสาเหตุอื่น ๆ เช่น การเกิดสงคราม การเกิดภัยธรรมชาติ การเพิ่มขึ้นของประชากรมนุษย์ การขาดความรู้ เป็นต้น

การอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม

1. การมีพื้นที่อนุรักษ์เพื่อความหลากหลายทางทรัพยากร
2. การใช้มาตรการทางกฎหมายเพื่อควบคุมกิจกรรมการใช้ทรัพยากรของมนุษย์ เช่น กฎหมายเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อม กฎหมายพื้นที่อนุรักษ์ต่าง ๆ
3. วางนโยบายการใช้ทรัพยากรให้ถูกต้องตามหลักวิชาการ ทรัพยากรประเภทต่าง ๆ มีหลักการใช้ที่แตกต่างกันไป นอกจากจะบังคับใช้กฎหมายแล้ว รัฐบาลต้องมีการสร้างความรู้ความเข้าใจ ให้ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการใช้ทรัพยากรได้มีการใช้ทรัพยากรอย่างถูกต้องและเป็นธรรม
4. การส่งเสริมความรู้ทางสิ่งแวดล้อมศึกษา การให้ความรู้ต่าง ๆ ปลุกฝังจิตสำนึก รวมถึงการส่งเสริมการวิจัย เพื่อพัฒนาการใช้ทรัพยากร
5. การอนุรักษ์ภูมิปัญญาท้องถิ่น การใช้ทรัพยากรในอดีตนั้นอาศัยภูมิปัญญาท้องถิ่น ทำให้ทรัพยากรยังคงอยู่เนื่องจากการเก็บเกี่ยวทรัพยากรเป็นแบบค่อยเป็นค่อยไป และใช้เทคโนโลยีขั้นต่ำ แต่วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีที่ก้าวหน้า ทำให้การใช้ทรัพยากรมากขึ้นและรวดเร็ว ย่อมให้เกิดมลพิษสิ่งแวดล้อมที่ส่งผลต่อความเสื่อมโทรมของทรัพยากรธรรมชาติและ ความหลากหลายที่ลดลงไปด้วย

นภาพค์ คงเศรษฐกุล (2549: 53) กล่าวถึงการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ควรมีวิธีการดังนี้

1. นำทรัพยากรมาใช้ให้เกิดประโยชน์ โดยเป็นไปตามหลักการอนุรักษ์ มีการสำรวจทรัพยากรที่มีอยู่และทรัพยากรที่จะเกิดขึ้นมาใหม่
2. มีการวางแผนการใช้ทรัพยากรอย่างเป็นระบบ โดยคำนึงถึงระยะเวลาการฟื้นตัวของทรัพยากรที่นำมาใช้ ซึ่งเมื่อนำมาใช้ในปริมาณที่พอควรแล้ว จึงเปลี่ยนไปใช้ทรัพยากรประเภทอื่นที่ทดแทนกันได้ โดยมีการหมุนเวียนทรัพยากรเพื่อนำมาใช้ประโยชน์ให้มีประสิทธิภาพ และเกิดประสิทธิผลสูงสุด

สรุปได้ว่าการพึ่งตนเองด้านทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม หมายถึง การปฏิบัติตนในการใช้ทรัพยากรธรรมชาติที่มีอยู่ให้เกิดประโยชน์ มีประสิทธิภาพ การนำวัสดุที่เหลือไปใช้ให้เกิดประโยชน์ และรักษาทรัพยากรธรรมชาติให้ดำรงอยู่ไม่ให้หมดสิ้นไป

4.2.4 ด้านเทคโนโลยี

การนำเทคโนโลยีมาใช้ในยุคปัจจุบัน ประเทศไทยจะต้องเลือกใช้เทคโนโลยีมาพัฒนาคุณภาพของคนให้มีความรู้ ทักษะ และพร้อมรับกับการเปลี่ยนแปลงด้านต่าง ๆ เพื่อให้เกิดนวัตกรรมทางความคิดทางด้านเทคโนโลยี (สุวัฒน์ ช่างเหล็ก. 2549: 19) และในปัจจุบันมีการนำเทคโนโลยีสมัยใหม่มาพัฒนาต่อยอดภูมิปัญญาท้องถิ่นที่สามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. 2550: 56)

จากข้อมูลบทความของ ผอ.ขนาดเล็ก (2551: ออนไลน์) กล่าวว่า ครูในปัจจุบันจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องมีความรู้ความสามารถในการใช้เทคโนโลยีสมัยใหม่ในการสอน เช่น คอมพิวเตอร์ วิกิพีเดีย เครื่องเล่นดีวีดี หรือแม้แต่โทรศัพท์มือถือ แต่ไม่น่าเชื่อว่าในปัจจุบันครูที่มีความรู้ทันต่อเทคโนโลยีสมัยใหม่มีไม่ค่อยมาก อาจจะถือว่าน้อยก็ได้ ครูส่วนใหญ่ยังไม่เปิดใจรับเทคโนโลยีมากนัก เนื่องจากบางคนอาจจะอาย อาจกลัวเสียหน้า หรือแล้วแต่เหตุผลของแต่ละคน แต่ผลลัพธ์คือทุกคนที่ตามไม่ทันเทคโนโลยี ย่อมมีเหตุผลไม่ต่างจากนี้ ผมก็เป็นอีกคนหนึ่งที่เคยตามเทคโนโลยีสมัยใหม่ แต่ก็ยังถือว่าไม่คอยทันอยู่ดี นำเสนอสาระเด็กสมัยใหม่ที่ต้องทนเรียนกับครูที่ไม่ทันสมัยจริง ๆ

วรรณ นราเลิศสุขมพงศ์ (2550: 47-50) กล่าวว่า ทุกวันนี้โลกเรามีความเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยี โดยจะเห็นได้จากข้อมูลข่าวสารที่ข้ามจากซีกโลกหนึ่งมายังอีกซีกโลกหนึ่งในเวลาชั่วพริบตาเดียว ไม่ว่าจะเป็นโดยการส่งผ่านดาวเทียม ส่งผ่านสายโทรศัพท์ หรือส่งผ่านเครือข่ายอินเทอร์เน็ต เป็นที่ยอมรับกันว่าเทคโนโลยีใหม่เป็นลูกที่สามของโลกเรา ซึ่งเราเรียกกันว่า เป็นยุคสื่อสารทางไกลไร้พรมแดน หรือยุค IT (Information Technology) เทคโนโลยีได้เข้ามามีบทบาทในวงการศึกษา นอกจากนวัตกรรมใหม่ ๆ พวกเครื่องมือ เครื่องใช้ที่ทันสมัย ก็มีเทคโนโลยีทางการสื่อสารที่นำมาใช้ในโรงเรียนโดยมีบทบาทอย่างมากต่อการเรียนการสอน

สุเมธ ตันติเวชกุล (2543: 2) กล่าวถึงการพึ่งตนเองทางเทคโนโลยีว่าหมายถึง การเลือกใช้เฉพาะสิ่งที่สอดคล้องกับความต้องการ และสภาพแวดล้อม และการพัฒนาเทคโนโลยีของเราด้วย

สำนักงานคณะกรรมการพิเศษเพื่อประสานงานโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (2547: 2-3) เสนอว่า การพึ่งตนเองด้านเทคโนโลยี หมายถึง การเลือกใช้เฉพาะที่สอดคล้องกับความต้องการของสภาพแวดล้อมภูมิประเทศสังคมไทย และควรพัฒนาเทคโนโลยีจากภูมิปัญญาของเราเอง ดังกระแสพระราชดำรัส ความว่า “...การเสริมสร้างสิ่งที่ชาวบ้านชาวชนบทขาดแคลนและต้องการ คือ ความรู้ในด้านเกษตรกรรมโดยใช้เทคโนโลยีสมัยใหม่เป็นสิ่งที่เหมาะสม.....” และ “...การใช้เทคโนโลยีอย่างใหญ่โตเต็มรูปแบบหรือเต็มขนาดในงานอาชีพหลักของประเทศย่อมจะมีปัญหา.....”

เพ็ญศรี เปลียนขำ (2550: 30) กล่าวว่า การพึ่งตนเองด้านเทคโนโลยีหมายถึง การมีปริมาณและคุณภาพของเทคโนโลยีทางวัตถุ เช่น เครื่องไม้เครื่องมือ เครื่องจักรกล และเทคโนโลยีทางสังคม เช่น การจัดวางโครงการ การจัดการ เป็นต้น การรู้จักใช้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งการนำภูมิปัญญาชาวบ้านมาใช้ หรือประยุกต์ใช้ให้เหมาะสม

วิทยา นนทน์ภา (2551: ออนไลน์) กล่าวว่า การพึ่งตนเองทางเทคโนโลยีหมายถึง สภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงรวดเร็วเทคโนโลยีที่เข้ามาใหม่มีทั้งดีและไม่ดี จึงต้องแยกแยะบนพื้นฐานของภูมิปัญญาชาวบ้านและ เลือกใช้เฉพาะที่สอดคล้องกับความต้องการ และสภาพแวดล้อม และควรพัฒนาเทคโนโลยีจากภูมิปัญญาของเราเอง

ประโยชน์ของการนำเทคโนโลยีเข้ามาใช้

1. ทำให้เกิดการเรียนการสอนทางไกล การศึกษาต่อเนื่องและการศึกษานอกระบบ
2. เทคโนโลยีทางการสื่อสารทำให้ครูและนักเรียนพบกันในที่ห่างไกล นักเรียนได้มีโอกาสเรียนรู้จากอาจารย์ที่อยู่ห่างไกล โดยระบบที่เชื่อมต่อที่ทันสมัยและรวดเร็ว และเมื่อเทคโนโลยีเจริญก้าวหน้าขึ้นมาก็มีการสร้างเครือข่ายคอมพิวเตอร์เชื่อมโยงกันจนกลายเป็นเครือข่ายโลกาภิวัตน์ ที่เรียกว่า อินเทอร์เน็ตจึงเป็นที่นิยมมากทั้งนักเรียนและครู

พิมพิล แก้วมณี (2549: 218) กล่าวถึง การใช้เทคโนโลยีโดยมีวิธีปฏิบัติด้านการใช้เทคโนโลยีที่สอดคล้องกับหลักเศรษฐกิจพอเพียงมีดังนี้

1. เทคโนโลยีที่นำมาใช้ต้องช่วยให้ประหยัด หรือเพิ่มประสิทธิภาพการผลิต เช่น ในกรณีสหกรณ์โคนม สนับสนุนให้สมาชิกใช้เครื่องรีดนมแทนการใช้แรงงานคน ซึ่งนอกจากจะช่วยประหยัดเวลาแล้วยังช่วยลดการปนเปื้อนของเชื้ออื่นๆ ในน้ำนมดิบ และช่วยลดการเกิดการอักเสบของเต้านมด้วย
2. เทคโนโลยีหมายความว่ารวมถึงเทคนิคการผลิตด้วย เช่น ในสหกรณ์ลำไย มีการปรับเปลี่ยนการตัดแต่งทรงพุ่มต้นลำไยเพื่อให้ง่ายต่อการดูแลรักษา และเก็บเกี่ยว
3. เทคโนโลยีที่ใช้ไม่จำเป็นต้องเป็นนวัตกรรมใหม่เสมอไป ดังเช่นการหันกลับไปใช้ชี้ถ้าแทนโซดาไฟของ กลุ่มกระต่ายสาบ้านดงป่าซาง อันเนื่องมาจากราคาโซดาไฟสูงขึ้น แม้ว่าโซดาไฟจะมีประสิทธิภาพสูงกว่าชี้ถ้าก็ตาม การผลิต หรือการใช้พื้นที่ซึ่งหาได้ง่ายในท้องถิ่นเป็นพลังงานทดแทนก๊าซหุงต้มซึ่งมีราคาสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง
4. การประยุกต์ใช้ภูมิปัญญาเกี่ยวกับเทคโนโลยี สามารถตอบสนองความต้องการของกลุ่มสหกรณ์ได้เป็นอย่างดี อีกทั้งช่วยแก้ปัญหาได้ตรงประเด็น
5. มีการใช้เทคโนโลยีให้เหมาะสมกับการใช้แรงงานคน นั่นคือคำนึงถึงว่าเทคโนโลยีที่นำมาใช้ ช่วยให้แรงงานทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น และไม่ได้แย่งงานของแรงงานคน อาทิ เช่น สหกรณ์โคนมส่งเสริมให้สมาชิกใช้เครื่องรีดนม และเครื่องอัดฟางข้าวเพื่อทุ่นแรง และให้แรงงานสามารถทำงานอย่างอื่นในฟาร์มได้มากขึ้น

สรุปได้ว่าการพึ่งตนเองด้านเทคโนโลยี หมายถึง การปฏิบัติตนในการนำเทคโนโลยีมาใช้ให้เกิดประโยชน์ เพิ่มประสิทธิภาพการผลิตและมีการประยุกต์ใช้ภูมิปัญญาให้สอดคล้องกับเทคโนโลยีได้อย่างเหมาะสม

4.2.5 ด้านเศรษฐกิจ

การดำเนินชีวิต ไม่จำเป็นต้องดิ้นรนขวนขวายหาเงินหาทองมาใช้จ่ายในการดำรงชีวิตประจำวัน หากเงินมาซื้อวัตถุสิ่งของของคนอื่นเขามี ทั้ง ๆ ที่สิ่งของบางอย่างไม่มีความจำเป็นเลยสำหรับชีวิต ชีวิตของคนเราต้องมีความพอเพียง อย่าไปคิดอยากมี – อยากได้ในสิ่งที่นอกเหนือความสามารถของเรา หากคนเราดำเนินชีวิตโดยยึดทางสายกลาง “พออยู่ พอกิน” ตามแนวทาง

เศรษฐกิจพอเพียง ไม่พึ่งพา ทยอยทยอยจนเกินไปนัก ก็จะสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีความสุขตามสมควรแก่สภาพ

สุเมธ ตันติเวชกุล (2543: 2) กล่าวว่า การพึ่งตนเองด้านเศรษฐกิจ หมายถึง สามารถอยู่ได้ด้วยตนเองในระดับเบื้องต้น กล่าวคือ แม้ไม่มีเงินก็ยังมีข้าว ปลา ผัก ผลไม้ ในท้องถื่นของตนเอง เพื่อการยังชีพ ซึ่งนำไปสู่การพัฒนาเศรษฐกิจของประเทศในระดับมหภาคต่อไปได้

สำนักงานคณะกรรมการพิเศษเพื่อประสานงานโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (2547: 3) สรุปว่า การพึ่งตนเองด้านเศรษฐกิจ หมายถึง จะต้องมุ่งลดรายจ่ายก่อนเป็นสำคัญและยึดหลักพออยู่พอกินพอใช้และสามารถอยู่ได้ด้วยตนเองในระดับเบื้องต้น ...การที่ต้องการให้ทุกคนพยายามที่จะหาความรู้และสร้างตนเองให้มั่นคงนี้เพื่อตนเอง เพื่อที่จะให้ตัวเองมีความเป็นอยู่ที่ก้าวหน้า ที่มีความสุข พอมีพอกินเป็นขั้นหนึ่งและขั้นต่อไป ก็คือ ให้มีเกียรติว่ายืนได้ด้วยตนเอง...หากพวกเราร่วมมือร่วมใจกันทำสักเศษหนึ่งส่วนสี่ ประเทศชาติของเราจะสามารถรอดพ้นจากวิกฤติได้...

ปภาณี อาริวงค์ (2550: 20) กล่าวว่า การพึ่งตนเองทางเศรษฐกิจหมายถึง เป็นระบบการผลิตแบบใช้เอง กินเอง ความสมดุลธรรมชาติกับสิ่งแวดล้อมกับพฤติกรรมที่ไม่ฟุ่มเฟือย ทำให้เศรษฐกิจได้สมดุล พอกิน พอใช้ ไม่ขาดทุน ไม่เป็นหนี้สิน มีเวลาและไม่ทำลายสิ่งแวดล้อม

เพ็ญศรี เปลี่ยนขำ (2550: 30) กล่าวว่า การพึ่งตนเองด้านเศรษฐกิจ หมายถึง ความสามารถในการทำมาหาเลี้ยงชีพ ที่มีความมั่นคง สมบูรณ์พูนสุขพอสมควร อย่างมีสมดุล

วิทยา นนทันทา (2550: ออนไลน์) กล่าวว่า การพึ่งตนเองด้านเศรษฐกิจ หมายถึง การอยู่อย่าง " พออยู่ พอกิน " ปรับชีวิตให้เรียบง่ายสอดคล้องกับสภาพรายได้และเศรษฐกิจของตนเอง ลด ละความฟุ่มเฟือยที่เกินจำเป็น

สมพร เทพสิทธา (2549: 24) กล่าวว่า เศรษฐกิจพอเพียงมุ่งให้เกิดวิถีชีวิตที่ประหยัด อุดม มีชีวิตที่เรียบง่าย ไม่พึ่งพา ฟุ่มเฟือย ไม่ตกเป็นทาสของวัตถุนิยม และบริโภคนิยม ซึ่งทำให้เกิดการเป็นหนี้สิน เกิดการทุจริตคอร์รัปชัน เป็นปัญหาสังคมที่ร้ายแรง เป็นบ่อนทำลายความมั่นคงของชาติ

สาเหตุของความยากจนเกิดจาก

1. การขาดการประหยัดและอดออม ใช้เงินเกินกว่ารายได้ ใช้เงินซื้อเครื่องอุปโภคบริโภคที่เกินความจำเป็น ใช้จ่ายเงินเพื่อการเที่ยวเตร่และความสะดวกสบายที่เกินขอบเขต
2. การแข่งขันในการใช้สินค้าที่มียี่ห้อราคาแพง ทำให้ใช้จ่ายเงินสุรุ่ยสุร่ายฟุ่มเฟือยเกินฐานะ ตามคำกล่าวที่ว่า "มีรายได้น้อยแต่มีรสนิยมสูง" เมื่อรายได้ไม่พอก็กู้หนี้ยืมสิน หรือซื้อสินค้าเงินผ่อน ทำให้ต้องมีหนี้สิน จำนวนหนี้สินได้เพิ่มพูนขึ้นเรื่อย ๆ บางคนไม่มีเงินชำระหนี้ก็ต้องหาทางโดยการฆ่าตัวตาย

การมีวิถีชีวิตเศรษฐกิจพอเพียง มีข้อปฏิบัติดังนี้

1. มีชีวิตที่เรียบง่าย ประหยัด ไม่ฟุ้งเฟ้อฟุ่มเฟือย
2. ให้ยึดถือทางสายกลาง รู้จักพอ พอดี พอประมาณและพอใจ
3. มีความเมตตาเอื้ออาทรต่อกัน ร่วมมือและช่วยเหลือกัน ไม่เบียดเบียนกัน ไม่เอาเปรียบกัน ไม่มุ่งทำร้ายกัน
4. ประกอบสัมมาอาชีพด้วยความขยันหมั่นเพียร ซื่อสัตย์สุจริต ใฝ่หาความรู้เพื่อนำมาใช้ให้เป็นประโยชน์
5. ให้สามารถพึ่งตนเองได้ ให้พ้นจากความยากจน ให้สามารถพออยู่พอกิน ไม่เดือดร้อน ไม่ตกเป็นทาสของอบายมุข วัตถุนิยมและบริโภคนิยม

ศูนย์สารสนเทศ สำนักประชาสัมพันธ์เขต 3 จังหวัดเชียงใหม่ (2550: ออนไลน์) กล่าวถึงการผลิตตามทฤษฎีใหม่สามารถเป็นต้นแบบการคิดในการผลิตที่ดีได้ ดังนี้

1. การผลิตนั้นมุ่งใช้เป็นอาหารประจำวันของครอบครัว เพื่อให้มีพอเพียงในการบริโภคตลอดปี เพื่อใช้เป็นอาหารประจำวันและเพื่อจำหน่าย
2. การผลิตต้องอาศัยปัจจัยในการผลิต ซึ่งจะต้องเตรียมให้พร้อม เช่น การเกษตรต้องมีน้ำ การจัดให้มีและดูแลแหล่งน้ำ จะก่อให้เกิดประโยชน์ทั้งการผลิต และประโยชน์ใช้สอยอื่น ๆ
3. ปัจจัยประกอบอื่น ๆ ที่จะอำนวยความสะดวกให้การผลิตดำเนินไปด้วยดี และเกิดประโยชน์เชื่อมโยง (Linkage) ที่จะไปเสริมให้เกิดความยั่งยืนในการผลิต จะต้องร่วมมือกันทุกฝ่ายทั้งเกษตรกร ธุรกิจ ภาครัฐ ภาคเอกชน เพื่อเชื่อมโยงเศรษฐกิจพอเพียงเข้ากับเศรษฐกิจการค้า และให้ดำเนินกิจการควบคู่ไปด้วยกันได้

การผลิตจะต้องตระหนักถึงความสัมพันธ์ระหว่าง “บุคคล” กับ “ระบบ” การผลิตนั้นต้องยึดมั่นในเรื่องของ “คุณค่า” ให้มากกว่า “มูลค่า” ดังพระราชดำรัส ซึ่งได้นำเสนอมาก่อนหน้านี้ที่ว่า

“...บารมีนั้น คือ ทำความดี เปรียบเทียบกับธนาคาร ...ถ้าเราสะสมเงินให้มากเราก็สามารถที่จะใช้ดอกเบี้ย ใช้เงินที่เป็นดอกเบี้ย โดยไม่ต้องลงทุนแต่ถ้าเราใช้มากเกินไปหรือเราไม่ระวัง เรากิน เข้าไปในทุน ทุนมันก็น้อยลง ๆ จนหมด ...ไปเบิกเกินบัญชีเขาก็ต้องเอาเรื่อง ฟ้องเราให้ล้มละลาย เราอย่าไปเบิกเกินบารมีที่บ้านเมือง ที่ประเทศได้สร้างสมเอาไว้ตั้งแต่บรรพบุรุษของเราให้เกินไป เราต้องทำบ้าง หรือเพิ่มพูนให้ประเทศของเราปกติมีอนาคตที่มั่นคง บรรพบุรุษของเราแต่โบราณกาล ได้สร้างบ้านเมืองมาจนถึงเราแล้ว ในสมัยนี้ที่เรา กำลังเสียขวัญ กลัว จะได้ไม่ต้องกลัว ถ้าเราไม่รักษาไว้...”

กรมพัฒนาชุมชน (2547) เสนอว่า เศรษฐกิจพอเพียงนำมาแก้ไขปัญหาด้วยการรู้จักคำว่า “พอ” ใน 3 ขั้นตอน คือ

ขั้นที่ 1 พอมีพอกิน เป็นการผลิตเพื่อตนเอง เพื่อครอบครัวเป็นอันดับแรก ดังข้อความที่ว่า “กินทุกอย่างที่ปลูก และปลูกทุกอย่างที่กิน” (เสรี พงศ์พิศ. 2549: 119-120) พึ่งเงินให้น้อยที่สุด เพราะเป็นสิ่งหายาก โดยเริ่มจากการทำบัญชีรายรับ รายจ่ายของครัวเรือน ซึ่งจะทำให้รู้ว่า

อะไรเป็นรายจ่ายที่ฟุ่มเฟือย อะไรเป็นสิ่งที่เกินความพอดี อะไรเป็นสิ่งที่เกินความต้องการ อะไรเป็นสิ่งที่สามารถลดลงได้ และอะไรเป็นสิ่งที่สามารถผลิตเองได้ ซึ่งก็คือ การพึ่งตนเองได้ โดยค่อย ๆ พิจารณาทำทีละอย่าง ลดรายจ่ายลง ลดการพึ่งพิงจากภายนอก เช่น ปลุกผักสวนครัวไว้กินในบ้าน เลี้ยงเป็ด เลี้ยงไก่ไว้กินไข่ ทำน้ำยาซักผ้า น้ำยาล้างจาน แชมพูสระผม สบู่เหลวไว้ใช้เอง ใช้ปุ๋ยชีวภาพที่ทำจากวัสดุเหลือใช้ในบ้านแทนการซื้อปุ๋ยวิทยาศาสตร์ เป็นต้น กำหนดแผนชีวิตด้วยตนเองซึ่งหลักการและแนวทางดังกล่าวใช้ได้กับบุคคลทุกกลุ่มอาชีพ

ขั้นที่ 2 อยู่ดีกินดี เป็นขั้นของการรวมกลุ่มสมาชิกในชุมชนและในสังคมใกล้เคียง เข้าด้วยกันเพื่อก่อให้เกิดพลัง เพื่อก่อให้เกิดการผลิต เพื่อบ่มไปสู่เศรษฐกิจชุมชน ด้วยการรวบรวมข้อมูลด้านการตลาด การแปรรูปวัตถุดิบของชุมชนให้เป็นสินค้าและบริการ เพื่อหารายได้เพิ่มขึ้น เช่น ผลผลิตของข้าวแปรรูปเป็นโจ๊กของสำเร็จรูป การนำสมุนไพรที่ปลูกได้มาอบแห้งบรรจุแคปซูล การทำปุ๋ยอัดเม็ดชีวภาพ ปุ๋ยน้ำ และสารไล่แมลงบรรจุขวด เป็นต้น ซึ่งจำเป็นต้องมีการรวมกลุ่มให้เข้มแข็ง การสร้างเครือข่ายของการพัฒนา และเครือข่ายวิสาหกิจชุมชน เพื่อเพิ่มมูลค่า (value added) ของผลิตภัณฑ์ที่เกิดขึ้นจากภูมิปัญญาชาวบ้านให้สูงขึ้น

ขั้นที่ 3 มั่งมี ศรีสุข เป็นขั้นการดำเนินธุรกิจชุมชน โดยเกิดพลังสร้างสรรค์จากเครือข่าย สหกรณ์ที่มีกิจกรรมคล้ายคลึงกัน ร่วมมือกันทำกิจกรรมผลิต และการจำหน่ายเพื่อก่อให้เกิดอำนาจ ในการต่อรองในทุก ๆ เรื่อง โดยที่ประชาชนในชุมชนและในสังคมต้องเป็นเจ้าของปัจจัยการผลิตเอง เช่น เป็นเจ้าของโรงงานผลิตปุ๋ยชีวภาพ โรงสีกลาง กิจการขนส่ง เจ้าของตลาดกลางการเกษตร เป็นต้น เพื่อให้สามารถกำหนดราคาสินค้าและบริการได้เอง ซึ่งก่อให้เกิดความมั่งมี ศรีสุขขึ้นได้

สรุปได้ว่าการพึ่งตนเองด้านเศรษฐกิจ หมายถึง การปฏิบัติตนในการทำมาหาเลี้ยงชีพ โดยลดรายจ่าย และยึดหลักพออยู่ พอกิน พอใช้ เพิ่มรายได้ ลดรายจ่าย ดำรงชีวิตอย่างพอควร พออยู่ พอกิน สมควรตามอัตภาพและฐานะของตน

5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

5.1 งานวิจัยในประเทศ

5.1.1 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิต

รัชณี ฝนทองมงคล (2538: บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ภายหลังเกษียณอายุราชการ: ศึกษาจากข้าราชการบำนาญ สังกัดกรุงเทพมหานคร ผลการวิจัย พบว่า ประชากรที่ศึกษามีอายุระหว่าง 61-66 ปี ส่วนใหญ่เกษียณอายุราชการในระดับ 4-6 ผู้สูงอายุ ส่วนหนึ่งเคยได้รับความรู้มาก่อนเกษียณอายุ และมีการเตรียมการด้านงานอดิเรก ด้านสุขภาพ ด้านอาชีพ ด้านรายได้ และด้านที่อยู่อาศัยก่อนการเกษียณอายุ ปัจจุบันผู้สูงอายุอาศัยอยู่กับคู่สมรส และบุตร มีสัมพันธภาพและครอบครัวเป็นไปในทางบวก สถานภาพทางเศรษฐกิจอยู่ในระดับ ปานกลาง รายได้ส่วนใหญ่มาจากเงินบำนาญ มีเพียงบางส่วนเท่านั้นที่มีรายได้พิเศษโดยการ ประกอบอาชีพภายหลังการเกษียณอายุ และผู้สูงอายุเหล่านี้ได้ประเมินศักยภาพตนเองว่าตนเองมี

ศักยภาพอยู่ สุขภาพอยู่ในระดับปานกลาง สามารถดูแลตนเอง ตลอดจนมีความสามารถในการดำเนินธุรกิจ ผู้สูงอายุมีทัศนคติต่อชีวิตภายหลังการเกษียณอายุ เป็นไปในทางบวก ซึ่งส่งผลต่อการใช้ชีวิตในปัจจุบันว่าตนเองมีความสุข ส่วนปัญหาสำคัญ ได้แก่ ปัญหาด้านสุขภาพ จึงมีความต้องการที่จะมีสุขภาพแข็งแรง การได้ท่องเที่ยวตามสถานที่ที่ตนต้องการ

ดำรงค์ เบญจศิริ (2544: บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การดำเนินชีวิตและความสัมพันธ์ทางสังคมของผู้สูงอายุในชุมชน ผลการวิจัย พบว่า ในด้านแบบแผนการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุนั้น ผู้สูงอายุจะมีแบบแผนการดำเนินชีวิตที่คล้ายคลึงกัน ซึ่งพบเห็นทั่วไปตามชนบท ทั้งนี้อาจมีข้อแตกต่างปลีกย่อย คือ เงื่อนไขทางเศรษฐกิจ และความแตกต่างทางเพศ ผู้สูงอายุที่มีฐานะทางเศรษฐกิจปานกลาง ก่อนขำกรวย การดำเนินชีวิตไม่ค่อยลำบากมากนัก เพราะมีพื้นฐานและฐานะทางเศรษฐกิจดีมาก่อน และการยอมรับสถานภาพทางสังคม จะมีมากกว่าซึ่งแตกต่างจากผู้สูงอายุที่ยากจน โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่สามีตายจากไป จะดำเนินชีวิตด้วยความลำบาก ขัดสน ทั้งนี้ต้องรับภาระหนักหลายเรื่อง ซึ่งมีทั้งเรื่องการหารายได้ประจำ และความรับผิดชอบในครอบครัว เช่น การหุงหาอาหาร เลี้ยงหลาน ทำงานบ้าน เป็นต้น

สกล พรหมสิน (2546: บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงของประชาชนตำบลหงส์เจริญ อำเภอกาแพง จังหวัดชุมพร ซึ่งผลการวิจัยพบว่า ประชาชนตำบลหงส์เจริญ มีการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงทั้ง 4 ด้าน อยู่ในระดับมาก โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากและเมื่อพิจารณาในแต่ละด้านปรากฏว่า ด้านครอบครัวเข้มแข็ง เป็นอันดับแรก รองลงมา ได้แก่ ปัจจัยสี่พอเพียง ด้านการศึกษาถ้วนทั่ว ส่วนด้านรายได้พอเพียง ในระดับต่ำสุด และระดับการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงของประชาชนตำบลหงส์เจริญ อำเภอกาแพง จังหวัดชุมพร พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงอยู่ในระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 50.8 รองลงมาคือ มีการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 48.7 และการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงระดับต่ำ คิดเป็นร้อยละ .50

เฉลิมศรี ชุมเกษียณ (2550: บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงกับภาวะการเป็นหนี้สินของข้าราชการทหาร สังกัดกองทัพอากาศ ในเขตพื้นที่กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศชาย มีอายุ ระหว่าง 40 – 50 ปี จบการศึกษาระดับปริญญาตรี/ปริญญาโท/ปริญญาเอก มีสถานภาพสมรสแล้ว จะอยู่ด้วยกัน มีชั้นยศ คือ ร.ต. – น.ต. อายุราชการอยู่ระหว่าง 11 – 20 ปี อาชีพของคู่สมรสคือ รับราชการ /รัฐวิสาหกิจ จำนวนบุคลากรที่ต้องรับผิดชอบจำนวน 1-2 คน ประเภทที่พักอาศัยของกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ คือ บ้านของตนเองรายได้ที่ได้รับปัจจุบันอยู่ระหว่าง 8,001-12,000 บาท ไม่มีรายได้อื่น ๆ นอกเหนือจากเงินเดือน ค่าใช้จ่ายของครอบครัวต่อเดือนอยู่ระหว่าง 8,001-12,000 บาท ระบุว่ามีการหนี้สิน แหล่งที่มาของแหล่งเงินกู้ที่กลุ่มตัวอย่างใช้บริการส่วนใหญ่ คือสหกรณ์ต่าง ๆ ในกองทัพอากาศ และเมื่อเปรียบเทียบภาวะหนี้สินกับรายได้ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่

เห็นว่า มีหนี้สินปานกลาง ผลการศึกษาพบว่า ข้าราชการทหารของกองทัพเรือมีระดับความคิดเห็นต่อการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงในภาพรวมที่ระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.66 ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงในภาพรวม ได้แก่ เพศ อายุ ชัยยศ และรายได้ ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะการเป็นหนี้สินของข้าราชการ ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา ชัยยศ อายุราชการ และรายได้ ส่วนผลของการหาความสัมพันธ์ระหว่างหนี้สินกับการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจแบบพอเพียงมีเพียงด้านความพอประมาณในการดำเนินชีวิต มีความสัมพันธ์กับภาวะการเป็นหนี้สิน โดยกลุ่มตัวอย่างที่ไม่มีภาระหนี้สิน / มีหนี้สินเล็กน้อยมีการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงด้านความพอประมาณมากกว่ากลุ่มอื่น ๆ ทั้งนี้ผลการศึกษายังทำให้ทราบว่า การใช้จ่ายของกลุ่มประชากรที่ศึกษาส่วนใหญ่แล้วจะใช้จ่ายเกินความจำเป็นเพียงเพื่อต้องการรักษาสถานภาพทางสังคมของตนเองไม่ให้อด้อยไปกว่าคนอื่น สำหรับข้อเสนอแนะในการแก้ไขการดำเนินชีวิต คือ การให้ความรู้ด้านต่าง ๆ ที่มีประโยชน์ มีนโยบายส่งเสริมให้อาชีพเสริมแก่ข้าราชการ นอกจากนั้นแล้วผู้นำในองค์กรจะต้องประพฤติตนเป็นแบบอย่างในการนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวมาใช้ให้เป็นรูปธรรมในการดำเนินชีวิตและปฏิบัติงาน

5.1.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพึ่งตนเอง

พิเชียร ลิ้มปืหวังอยู่ (2530: บทคัดย่อ) ศึกษาวิจัยเรื่อง การพึ่งตนเองของประชาชนในโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ ศึกษาเฉพาะกรณีโครงการหลวงอาหารสำเร็จรูป อำเภอละหานทราย จังหวัดบุรีรัมย์ จำแนกปัจจัยที่มีผลต่อการพึ่งตนเองเป็น 4 ปัจจัย คือ ปัจจัยทางการเมือง ปัจจัยทางเศรษฐกิจ ปัจจัยทางจิตวิทยา และปัจจัยทางสังคมและวัฒนธรรม ในแต่ละปัจจัยมีการจำแนกเป็นองค์ประกอบย่อย ๆ กล่าวคือ ในปัจจัยทางการเมือง มี 3 องค์ประกอบ คือ ความสามารถในการรับข่าวสาร การมีส่วนร่วมทางการเมืองและการรู้จักแก้ปัญหา ปัจจัยทางเศรษฐกิจมี 3 องค์ประกอบ คือ การมีปัจจัยพื้นฐานเพียงพอแก่การดำรงชีพ ความสมดุลระหว่างรายได้และรายจ่าย และการใช้ทรัพยากร ปัจจัยทางจิตวิทยามี 4 องค์ประกอบ คือ ความมั่นใจในตนเอง ความรับผิดชอบ ความคิดริเริ่มในการสร้างความร่วมมือ ความพอใจและภูมิใจในตนเอง ปัจจัยทางสังคมและวัฒนธรรมมี 3 องค์ประกอบ คือ ประชากรเหมาะสมกับการผลิต มีสถาบันในการแก้ปัญหาพร้อมกัน และความสามารถในการปรับ ประสานกับภายนอก จากการศึกษา พบว่าโครงการมีส่วนทำให้เกิดปัจจัยที่มีผลต่อการพึ่งตนเองของชาวบ้านมากขึ้นระดับหนึ่ง

เรืองยศ จักรบุตร (2536: บทคัดย่อ) ศึกษาการพึ่งพาตนเองทางเศรษฐกิจของเกษตรกรผู้สูงอายุในชนบท: กรณีศึกษาบ้านกันหม หมู่ 1 ตำบลพระพุท อำเภोजักราช จังหวัดนครราชสีมา ผลการวิจัยพบว่า การพึ่งพาตนเองทางเศรษฐกิจของเกษตรกรผู้สูงอายุในชนบทมี 3 ลักษณะ คือ

1. เกษตรกรผู้สูงอายุยังประกอบอาชีพหลัก และอาชีพเสริม มีฐานะเป็นหัวหน้าครอบครัว มีพื้นที่นาเป็นของตัวเอง ประมาณ 15-20 ไร่ ยังทำนาเอง ปลูกผัก และทอเสื่อเป็นอาชีพเสริม มี

จำนวน 22 คน ปัจจัยที่เอื้อต่อการดำรงชีวิตได้แก่ ที่นา มีผลผลิตพอเพียงตลอดปี มีบ้านอยู่อาศัยเป็นของตนเอง มีบุตรหลานเป็นแรงงานในการประกอบอาชีพ มีกองทุนชุมชน มีแหล่งน้ำสนับสนุนในการผลิต

2. เกษตรกรผู้สูงอายุที่รับผลผลิตจากค่าเช่านา มีฐานะเป็นหัวหน้าครอบครัว มีพื้นที่นาเป็นของตนเองไม่เกิน 15 ไร่ จึงให้บุตรหลานเช่าทำนา ได้รับผลผลิตในอัตราประมาณร้อยละ 30 มี 25 คน ปัจจัยที่เอื้อต่อการดำรงชีวิต เกษตรกรผู้สูงอายุกลุ่มนี้มีที่นาเป็นของตนเอง มีบุตรหลานหรือญาติเช่าทำนา และช่วยเหลือด้านปัจจัยสี่

3. เกษตรกรที่ได้รับการเกื้อกูลจากบุตรหลานหรือเครือญาติ เกษตรกรกลุ่มนี้เคยมีที่นาประมาณ 10-20 ไร่ เป็นของตนเอง และได้มอบให้บุตร บุตรจึงทำหน้าที่ตอบแทนด้วยการเลี้ยงดู โดยผู้สูงอายุช่วยเหลืองานภายในบ้านบ้าง ผู้สูงอายุกลุ่มนี้มีจำนวน 43 คน ส่วนปัจจัยที่เอื้อต่อการดำรงชีวิต ได้แก่ บุตรหลาน เครือญาติ ที่ดูแลช่วยเหลือ และเลี้ยงดู

สุชาติ เกตยา (2542: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่อง การพึ่งตนเองทางเศรษฐกิจของชุมชน ศึกษาเฉพาะกรณีชุมชนในเขตอำเภอโพทะเล จังหวัดพิจิตร และทำการอภิปรายผลไว้ว่า ทางด้านที่ดินทำกินพบว่า ไม่มีความแตกต่างกันระหว่างจำนวนที่ดินทำกินกับการพึ่งพาตนเองทางเศรษฐกิจ ซึ่งอาจเป็นเพราะว่าแม้จะมีที่ดินมากน้อยต่างกัน ถ้าสามารถนำมาใช้ประโยชน์ให้คุ้มค่าทุกตารางนิ้ว ก็ทำให้สามารถพึ่งตนเองทางเศรษฐกิจได้ ส่วนทางด้านของการเป็นสมาชิกองค์กรชุมชน พบว่าการเป็นสมาชิกองค์กรชุมชนมีผลต่อระดับการพึ่งตนเองทางเศรษฐกิจ กล่าวคือ กลุ่มที่เป็นสมาชิกองค์กรชุมชนจะมีระดับการพึ่งตนเองทางเศรษฐกิจมากกว่ากลุ่มที่ไม่ได้เป็นสมาชิกองค์กรชุมชน ซึ่งอาจกล่าวได้ว่าการเป็นสมาชิกองค์กรชุมชน ก่อให้เกิดการรวมตัวทางสังคมที่ส่งผลต่อการเกิดอำนาจทางสังคมในการถ่วงดุลกับอำนาจรัฐและอำนาจเงิน ส่วนทางด้านของการมีค่านิยมในการนับถือศาสนากับระดับการพึ่งตนเองทางเศรษฐกิจนั้น ไม่พบว่ามี ความแตกต่างระหว่างการนับถือศาสนาแตกต่างกันกับระดับการพึ่งตนเองทางเศรษฐกิจ

อำนาจ เมฆนพรัตน์ (2543: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาทำการวิจัยเรื่อง การพึ่งตนเองของเกษตรกรในโครงการส่งเสริมการเกษตรแบบผสมผสานของธนาคารเพื่อการเกษตรและสหกรณ์การเกษตร ซึ่งผลการวิจัยพบว่า เกษตรกรผู้เข้าร่วมโครงการส่วนใหญ่เป็นเพศชาย และจำนวนร้อยละ 63.7 มีอายุมากกว่า 40 ปีขึ้นไป โดยก่อนที่จะเข้าร่วมโครงการ เกษตรกรเป็นลูกค้าของธนาคารและใช้บริการจากสินเชื่อของธนาคารอยู่แล้ว การที่เกษตรกรตัดสินใจเข้าร่วมโครงการเนื่องจากธนาคารมีการประชาสัมพันธ์โครงการเกษตรผสมผสาน และเกษตรกรได้รับการชักชวนจากเจ้าหน้าที่ ธ.ก.ส. ตลอดจนเกษตรกรมีความเชื่อมั่นว่าโครงการส่งเสริมเกษตรแบบผสมผสานมีโอกาสที่จะประสบความสำเร็จสูง นอกจากนี้ เกษตรกรยังมีความมั่นใจในการสนับสนุนของธนาคารในเรื่องเงินทุนอีกด้วย ในส่วนของสภาพแวดล้อมของโครงการโดยทั่วไป และปัจจัยในการดำเนินงาน อาทิ ความเหมาะสมของสภาพดิน ความเหมาะสมของแหล่งน้ำ นโยบายและแนวทางการดำเนินงานสินเชื่อของ ธ.ก.ส. ถือได้ว่ามีความเหมาะสมสอดคล้องกัน ความเป็นไปได้ใน

การดำเนิน โครงการและสามารถตอบสนองความต้องการของเกษตรกร ในส่วนของกระบวนการ ดำเนินโครงการนั้น ส่วนใหญ่มีความเหมาะสมและผลดำเนินการประเมินค่อนข้างดี แต่มีบางขั้นตอน เช่น ขั้นตอนการคัดเลือกเกษตรกรและขั้นตอนการวางแผนการผลิต ยังไม่มีความชัดเจนและ คล่องตัวเท่าที่ควร นอกจากนี้ ในส่วนของผลการดำเนินงานโครงการ ถือได้ว่าสามารถบรรลุ วัตถุประสงค์ของโครงการ โดยเกษตรกรมีรายได้เพิ่มพูนขึ้นจากการทำการเกษตรแบบผสมผสาน และยังสามารถขยายตลาดการจำหน่ายผลผลิตให้กว้างขวางออกไปได้ สำหรับผลกระทบในการ ดำเนินโครงการเกษตรกรสามารถพึ่งตนเองได้เป็นส่วนใหญ่ เป็นการพึ่งตนเองได้ในการเกษตร ด้านเศรษฐกิจและด้านสังคม

พระมหาสิทธิพงษ์ สิทธิเมธี (2544: บทคัดย่อ) ได้วิจัยเรื่อง ทิศทางการพึ่งตนเองใน สังคมไทยที่กำลังเปลี่ยนไป: ศึกษาเฉพาะกรณีหมู่บ้านสองแห่งในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ โดยมี วัตถุประสงค์การวิจัย เพื่อศึกษารูปแบบการพึ่งพาตนเองในระดับชุมชนรวมทั้งปัจจัยหรือเงื่อนไขที่มี ส่วนสำคัญต่อการจัดระบบของชุมชน เพื่อให้ชาวบ้านสามารถใช้ศักยภาพที่มีอยู่พึ่งตนเองได้เต็มที่ โดยการจัดตั้งองค์กรประชาชน เพื่อการช่วยเหลือตนเองในรูปของกลุ่มหรือโครงการต่าง ๆ ในกรณี ของหมู่บ้านที่พึ่งตนเองได้และเพื่อศึกษาถึงปัจจัยหรือเงื่อนไขที่เป็นอุปสรรคต่อการพึ่งตนเองใน ระดับชุมชนกรณีหมู่บ้านที่พึ่งตนเองไม่ได้

รสาพร หม้อศรีใจ (2544: บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การพึ่งตนเองของผู้สูงอายุใน ชุมชนชนบท ซึ่งผลการวิจัยพบว่า ในด้านการหารายได้ ผู้สูงอายุสามารถหารายได้ด้วยตนเอง โดย ใช้ความรู้ ความสามารถที่มีมาแต่เดิม เช่น การเป็นแพทย์พื้นบ้าน การทำงานหัตถกรรม และจาก การขายผลผลิตทางการเกษตร นอกจากนี้ยังได้รับเงินจากบุตรเป็นครั้งคราว ทำให้ผู้สูงอายุอยู่ได้ ในด้านการบริโภคอาหารผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุบริโภคอาหารที่ทำได้ในท้องถิ่นตามฤดูกาล ส่วนของใช้ที่ จำเป็น เช่น เครื่องนุ่งห่ม ที่นอน หมอน ของใช้ที่มีอยู่เดิม และบุตรหลานซื้อให้ ผู้สูงอายุทำความสะอาด ซ่อมแซม เครื่องนุ่งห่มต่าง ๆ ด้วยตนเอง ส่วนการดูแลสุขภาพ ผู้สูงอายุมีการดูแลรักษา สุขภาพของตนเองได้ดี มีการออกกำลังกายเป็นประจำด้วยการทำงาน การเดิน การขี่จักรยาน ผู้สูงอายุมีการพักผ่อนที่เพียงพอเวลาเจ็บป่วยเล็กน้อย จะรักษาด้วยการนอนพักผ่อน ซื่อยามา รับประทานหรือดื่มรับประทานอาหารบางชนิด และมีการรักษาแบบพื้นบ้าน ถ้าการเจ็บป่วยมีอาการ หนักก็จะไปรักษาจากโรงพยาบาลที่อยู่ใกล้เคียง ปัจจัยที่เอื้อต่อการพึ่งตนเองของผู้สูงอายุในชนบท มีทั้งปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอก ปัจจัยภายในได้แก่ผู้สูงอายุเองที่สามารถใช้ความรู้ ความสามารถที่มีมาแต่เดิมมาใช้ในการหารายได้ การหาอาหาร และการดูแลสุขภาพ บุตรหลานและเครือญาติ รวมถึงลักษณะทางกายภาพของพื้นที่ที่มีความอุดมสมบูรณ์ ส่วนปัจจัย ภายนอกได้แก่ นโยบายการดูแลสุขภาพของกระทรวงสาธารณสุข ที่ให้บริการสุขภาพโดยไม่คิด ค่าใช้จ่าย กรมประชาสัมพันธ์ที่มีงบประมาณช่วยเหลือผู้สูงอายุ เป็นต้น

ปภาณี อาริวงศ์ (บทคัดย่อ: 2550) ได้ศึกษาทำการวิจัยเรื่อง การพึ่งตนเองของแรงงานใน ชุมชนบางขุน จังหวัดนนทบุรี ซึ่งผลการวิจัยพบว่า แรงงานในชุมชนบางขุนสามารถนำโครงการ

หรือบริการหรือกิจกรรมที่รัฐจัดสรรไปใช้ประโยชน์ในระดับมากที่สุด และสามารถใช้ประโยชน์ในระดับมากทุกโครงการ ส่วนการพึ่งตนเองของแรงงานทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ ด้านสุขภาพอนามัย ด้านสัมพันธภาพและความอบอุ่นในชุมชน/ครอบครัว เศรษฐกิจและด้านความรู้และทักษะในการประกอบอาชีพนั้น แรงงานสามารถพึ่งตนเองได้ระดับมาก โดยสามารถพึ่งตนเองด้านสัมพันธภาพและความอบอุ่นในชุมชน/ครอบครัวที่ค่าเฉลี่ยสูงสุด รองลงมา คือด้านเศรษฐกิจ ผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการเข้าถึงโครงการหรือบริการกับการพึ่งตนเองของแรงงานในชุมชนบางชุมชน พบว่า การรับรู้ข้อมูลข่าวสาร การนำโครงการ/กิจกรรม ที่รัฐจัดสรรมาให้ใช้ประโยชน์ การมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ ของชุมชนและการได้รับการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์กับการพึ่งตนเองทั้ง 4 ด้าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

สรุปจากการศึกษาผลงานผู้วิจัยที่เกี่ยวข้อง ทำให้ทราบว่าประชาชนส่วนใหญ่ในปัจจุบันมีการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงกันมากขึ้น มีความเป็นอยู่อย่างพอเพียง ไม่ฟุ้งเฟ้อ ซึ่งการปฏิบัติตามแนวพระราชดำริทฤษฎีใหม่และปรัชญาตามแนวเศรษฐกิจพอเพียงจะช่วยให้บุคลากรมีชีวิตที่ดีขึ้นสามารถพึ่งพาตนเองได้

5.2 งานวิจัยต่างประเทศ

คาร์ดินัล (Cardinale. 1981) ได้ศึกษารูปแบบการจัดระบบข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับนำมาประยุกต์ใช้กับระบบโรงเรียนรัฐบาล โดยมีวัตถุประสงค์ที่จะพัฒนาระบบข้อมูลในการจัดการด้านบุคลากรและการเงินให้เหมาะสมกับทุก ๆ โรงเรียนในเมืองคอมมอนเวลธ์ ในรัฐแมสซาชูเซต พบว่ามากกว่าร้อยละ 90 ของโรงเรียนที่ทำการศึกษามีการใช้คอมพิวเตอร์อำนวยความสะดวกในการบริหารโรงเรียนขนาดใหญ่ โดยมีแนวโน้มว่าจะจัดหาเครื่องคอมพิวเตอร์ที่มีประสิทธิภาพสูงมาใช้ในการบริหารงานกิจการนักเรียน งานการเงิน และการวางแผนด้านงบประมาณ

สมิธ (Smith. 1994: 826-A) ได้ศึกษาคุณภาพชีวิตการทำงานของครู กรณีศึกษาโรงเรียนมัธยมศึกษา โดยการสัมภาษณ์ครู จำนวน 82 คน จากโรงเรียนที่จัดโครงสร้างใหม่ 8 แห่ง เพื่อพัฒนามโนทัศน์ของครูเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตการทำงาน สภาพองค์การที่มีผลต่องานของครู จำแนกเป็น 3 ประเภทได้แก่ 1) สภาพที่เพื่อนครูมุ่งหวังจากกันและกัน 2) สภาพที่ครูและผู้บริหารร่วมกันสร้างขึ้น 3) สภาพที่ครูพัฒนาขึ้นเองและบำรุงรักษาไว้ สภาพดังกล่าวบ่งชี้ให้เห็นถึงความสามารถและความรับผิดชอบของครู

เพลสส์มา (Pelsma. 2003: online) ได้ทำวิจัยเรื่องการสำรวจคุณภาพชีวิตการทำงานของครู: การรายงานเบื้องต้นของการวัดความเครียดของครูและความพึงพอใจในการทำงานของครู และความหมายโดยนัยจากที่อาจารย์ปรึกษาของโรงเรียน โดยมีตัวแปรที่ศึกษาคือ รายได้ ช่วงเวลา การเตรียมการเรียนการสอน ความสัมพันธ์กับผู้ปกครอง และความสนใจของนักเรียน ผลการวิจัยพบว่า ความพึงพอใจและความเครียดในการทำงานของครูไม่มีนัยสำคัญต่อตัวแปรที่เกี่ยวกับสถานภาพของประชากร แต่มีนัยสำคัญทางสถิติระหว่างความพึงพอใจกับระดับการศึกษาและ

ระหว่างอายุกับความเครียด ฉะนั้น ผู้วิจัยจึงเสนอแนะให้เกิดการพัฒนาบุคลากรให้ตรงกับความต้องการของโรงเรียนและความต้องการพิเศษของตัวบุคคลด้วย

จอห์นรัต; และเซอร์ลา (ทัศนาศา แสงศักดิ์. 2549: 84; อ้างอิงจาก Johnsrud; & Surla. 2006: Online) ได้ศึกษาคุณภาพชีวิตการทำงานของครู โดยเน้นองค์ประกอบ 7 ด้าน ได้แก่ ความพึงพอใจในการทำงาน ความปลอดภัยในการทำงาน การสื่อสาร ความสัมพันธ์กับบุคลากร การได้รับ การสนับสนุน เงินเดือนและความเป็นอิสระ ผลการวิจัยพบว่า ครูพอใจในงานมากกว่าบุคลากรอื่น การทำงานของครู มีความปลอดภัยและมีความพึงพอใจในการทำงาน การสื่อสารของโรงเรียน การได้รับการสนับสนุนในการทำงานมีความสัมพันธ์ทางบวกกับเพื่อนร่วมงาน ครูมัธยมศึกษา มีความรับผิดชอบและมุ่งมั่นมากกว่าครูประถมศึกษา ครูพอใจกับเงินเดือนที่ได้รับมากกว่าบุคลากรอื่น บทบาทความรับผิดชอบมีผลต่อคุณภาพชีวิตและชั่วโมงในการทำงาน และความมุ่งมั่นในการทำงาน มีผลต่อความพอใจในการทำงาน

โดยสรุปแล้วงานวิจัยทั้งในและต่างประเทศจะเกี่ยวข้องกับการวิเคราะห์องค์ประกอบของการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองว่ามีองค์ประกอบใดบ้าง และองค์ประกอบใดมีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตของบุคลากรเพื่อใช้เป็นแนวทางในการส่งเสริมการดำรงชีวิตประจำวัน โดยการพึ่งพาตนเองได้เป็นอย่างดี รวมทั้งมีการปรับปรุง และพัฒนาการดำเนินชีวิตของตนเองให้ดียิ่งขึ้นต่อไป

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
4. การเก็บรวบรวมข้อมูล
5. การจัดการข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล
6. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นบุคลากรที่ปฏิบัติงานในโรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร ในปีการศึกษา 2551 ประกอบด้วย ผู้บริหาร และ ครูผู้สอน จำนวน 133 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นบุคลากรในโรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร ในปีการศึกษา 2551 จำนวน 2 โรงเรียน ซึ่งประกอบด้วย

1. ผู้บริหารโรงเรียน จำนวน 8 คน
2. ครูผู้สอน จำนวน 17 คน

ตาราง 1 จำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

ลำดับ	โรงเรียน	จำนวนประชากร (บุคลากร)	จำนวน กลุ่มตัวอย่าง
1.	วัดจันทร์ประดิษฐาราม	100	17
2.	วัดชัยฉิมพลี	33	8
รวม		133	25

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสัมภาษณ์การดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการ ฟังตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง 5 ด้าน คือ ด้านจิตใจ ด้านสังคม ด้าน ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ด้านเทคโนโลยี และด้านเศรษฐกิจ

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การสร้างเครื่องมือผู้วิจัยดำเนินการ ดังต่อไปนี้

1. ศึกษาเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวกับการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการฟังตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง แล้วนำมาพิจารณาสร้างแบบสัมภาษณ์การดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการฟังตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ประกอบด้วย 5 ด้าน คือ ด้านจิตใจ ด้านสังคม ด้านทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ด้านเทคโนโลยี และด้านเศรษฐกิจ โดยได้นำเครื่องมือของ ธนภัทร์ สุทธิ. (2550: 128) รุ่งนภา สันติศิรินันต์ (2551: 101-103) สิทธิเดช นิลสัมฤทธิ์ และ มนตรี เกิดมีมูล (2548:70-75) มาเป็นแนวทางในการสร้างแบบสัมภาษณ์

2. นำแบบสัมภาษณ์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน ตรวจสอบคุณภาพ ความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) ซึ่งผู้เชี่ยวชาญทั้ง 5 ท่าน คือ

- 1) อาจารย์ ดร.นิตย รัตนโรจนวณิชย์ อาจารย์ภาควิชาการบริหารการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
- 2) รองศาสตราจารย์นิภา ศรีไพโรจน์ อาจารย์ภาควิชาการวัดผลและวิจัยทางการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
- 3) ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เรือโท ดร.ไพบุลย์ อ่อนมั่ง อาจารย์บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
- 4) นางสาวระวีวรรณ คณิตกุล ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดจันทร์ประดิษฐาราม สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร
- 5) นายประทีป มาสุข ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดชัยนิมพลี สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร

3. ปรับปรุงแบบสัมภาษณ์ตามความเห็นของผู้เชี่ยวชาญ

4. นำแบบสัมภาษณ์ไปทดลองใช้กับบุคลากร (Try out) กับบุคลากรที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างของโรงเรียนวัดจันทร์ประดิษฐาราม เพื่อตรวจสอบความถูกต้องและความชัดเจนของแบบสัมภาษณ์

5. นำแบบสัมภาษณ์มาปรับปรุง จากนั้นนำไปสัมภาษณ์กับกลุ่มตัวอย่าง

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

1. ผู้วิจัยขอหนังสือขอความอนุเคราะห์ในการสัมภาษณ์จากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒถึงผู้อำนวยการโรงเรียนวัดจันทร์ประดิษฐารามและโรงเรียนวัดชัยฉิมพลี สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร เพื่อขอความร่วมมือและขอความอนุเคราะห์ในการสัมภาษณ์จากกลุ่มตัวอย่าง
2. การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยได้นำแบบสัมภาษณ์ไปขอความอนุเคราะห์จากผู้อำนวยการโรงเรียนวัดจันทร์ประดิษฐารามและโรงเรียนวัดชัยฉิมพลี สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร เพื่อสัมภาษณ์บุคลากรในโรงเรียน
3. ผู้วิจัยดำเนินการสัมภาษณ์ด้วยตนเอง โดยชี้แจงวัตถุประสงค์และขอความร่วมมือจากกลุ่มตัวอย่าง

3.1 ขั้นตอนการเตรียมการก่อนการเก็บรวบรวมข้อมูล

- 1) เตรียมตัวในการเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพ เนื่องจากผู้วิจัยคือผู้ที่เก็บรวบรวมข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูลด้วยตนเอง โดยผู้วิจัยได้เตรียมความพร้อมให้กับตนเอง
- 2) เตรียมคำถามในการสัมภาษณ์ ผู้วิจัยได้สร้างคำถามในการเก็บรวบรวมข้อมูลตามวัตถุประสงค์ในการวิจัย ซึ่งมีความยืดหยุ่นและปรับเปลี่ยนไปตามบริบทของแต่ละสถานการณ์การสัมภาษณ์
- 3) เตรียมเครื่องบันทึกเสียง เพื่อใช้ในการบันทึกข้อมูลระหว่างการสัมภาษณ์ เพื่อตรวจสอบและป้องกันความคลาดเคลื่อนของข้อมูล ควบคู่ไปกับการจดบันทึกการให้สัมภาษณ์
- 4) ติดต่อประสานกับผู้ให้สัมภาษณ์ บางคนสะดวกให้ไปสัมภาษณ์ที่บ้าน บางคนสะดวกที่จะมาให้สัมภาษณ์ที่โรงเรียนวัดจันทร์ประดิษฐารามและโรงเรียนวัดชัยฉิมพลี ดังนั้นการสัมภาษณ์ผู้วิจัยต้องไปสัมภาษณ์ทั้งที่บ้าน และที่โรงเรียน โดยเริ่มนัดสัมภาษณ์ ตั้งแต่วันที่ 5 ธันวาคม 2551 ถึงวันที่ 27 ธันวาคม 2551 รวมระยะเวลา 23 วัน

การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล

หลังจากสัมภาษณ์จากกลุ่มตัวอย่างเรียบร้อยแล้ว ผู้วิจัยนำมาจัดกระทำข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

1. การจัดกระทำข้อมูล

- 1.1 นำข้อมูลที่ได้จากเครื่องบันทึกเสียงและข้อมูลที่จดบันทึก นำมาเรียบเรียงเนื้อหาให้ครบถ้วน

2. การวิเคราะห์ข้อมูล

- 2.1 วิเคราะห์สถานภาพของผู้ให้ข้อมูลโดยการหาค่าร้อยละ (Percentage)

2.2 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้การวิเคราะห์แบบบรรยาย และนำเสนอผลการวิจัยในรูปแบบของความเรียง

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้สถิติในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

1. สถิติพื้นฐาน ได้แก่

1.1 ร้อยละ (Percentage)

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

จากการเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย การศึกษาการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของบุคลากรโรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลแบ่งออกเป็น 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 สถานภาพทั่วไปของผู้ให้ข้อมูล

ตอนที่ 2 การศึกษาการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของบุคลากรโรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลแต่ละตอนมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

ตอนที่ 1 สถานภาพทั่วไปของผู้ให้ข้อมูล

สถานภาพทั่วไปของผู้ให้ข้อมูล มีดังนี้

- 1) ผู้บริหารโรงเรียน จำนวน 8 คน
- 2) ครูผู้สอน จำนวน 17 คน จำแนกตามรายได้ อายุ และสถานภาพของครอบครัว

(จำนวนบุตร) โดยได้แสดงเป็นค่าจำนวนและร้อยละ ดังแสดงในตาราง 2

ตาราง 2 จำนวนและร้อยละของผู้ให้ข้อมูล จำแนกตามตำแหน่ง รายได้ อายุ และสถานภาพของครอบครัว (จำนวนบุตร)

ผู้ให้ข้อมูล	จำนวน	ร้อยละ
1. ตำแหน่ง		
ผู้บริหาร	8	32.00
ครูผู้สอน	17	68.00
รวม	25	100
2. รายได้		
ต่ำกว่า 10,000 บาท	4	16.00
10,001 – 20,000 บาท	8	32.00
20,001 บาท ขึ้นไป	13	52.00
รวม	25	100
3. อายุ		
ต่ำกว่า 30 ปี	3	12.00
31 – 40 ปี	6	24.00
41 ปี ขึ้นไป	16	64.00
รวม	25	100
4. สถานภาพของครอบครัว (จำนวนบุตร)		
ไม่มีบุตร	8	32.00
บุตร 1 คน	6	24.00
บุตร 2 คน	8	32.00
บุตร 3 คนขึ้นไป	3	12.00
รวม	25	100

จากตาราง 2 แสดงว่า ผู้ให้ข้อมูล ประกอบด้วยผู้บริหารและครูผู้สอน จำนวน 25 คน จำแนกเป็นผู้บริหารจำนวน 8 คน และครูผู้สอนจำนวน 17 คน ส่วนใหญ่มีรายได้ 20,001 บาท ขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 52.00 มีอายุ 41ปี ขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 64.00 ส่วนสถานภาพของครอบครัว ไม่มีบุตร, มีบุตร 1 คน , มีบุตร 2 คน และมีบุตร 3 คนขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 32.00, 24.00 32.00 และ 12.00 ตามลำดับ

ตอนที่ 2 การดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจ

พอเพียง

ในตอนนี้เป็นการนำเสนอผลการศึกษาดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของบุคลากรโรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร ซึ่งประกอบด้วยด้านจิตใจ ด้านสังคม ด้านทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ด้านเทคโนโลยี และด้านเศรษฐกิจ ดังต่อไปนี้

1. ด้านจิตใจ

1.1 การปฏิบัติตนให้มีความสุขทางกายและทางใจ

ผู้บริหาร ทำจิตใจของตนเองให้เบิกบาน ร่าเริงแจ่มใส รู้จักให้อภัย ไม่คิดอิจฉา ริษยาผู้อื่น ไม่ทะเลาะเบาะแว้งและไม่เคร่งเครียดในการทำงานมากเกินไป มีการเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์และเหมาะสมกับวัย รู้จักดูแลรักษาสุขภาพของตนเองโดยการนอนหลับพักผ่อนอย่างเพียงพอ โดยผู้บริหารท่านหนึ่งให้สัมภาษณ์ว่า “การทำจิตใจของตนเองให้เบิกบาน โดยการทำใจให้สบายๆ มองดูทุกอย่างรอบๆ ตัว หาสิ่งที่น่าสนใจให้กับตนเองแค่นี้ชีวิตก็มีความสุขแล้ว” และมีผู้บริหารบางท่านได้กล่าวถึงการปฏิบัติตนให้มีความสุขทางกายและทางใจนั้นก็ได้โดยการปล่อยวางกับทุก ๆ เรื่อง มองทุกสิ่งทุกอย่างเป็นไตรลักษณ์ ไม่มีความเที่ยงแท้

ครูผู้สอน คิดในสิ่งที่ดี ไม่คิดอิจฉาริษยาผู้อื่น ให้ความรักความเมตตาและช่วยเหลือผู้อื่น มีความอ่อนน้อมถ่อมตน มีการเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ รู้จักดูแลรักษาสุขภาพของตนเองโดยการพักผ่อนนอนหลับให้เพียงพอและออกกำลังกาย เพื่อให้ร่างกายแข็งแรง ครูผู้สอนท่านหนึ่งกล่าวถึงการดำเนินชีวิตของท่านว่า “การทำให้ตัวเองมีความสุขก็โดยการพยายามไม่คิดอะไรมาก พักผ่อน นอนหลับ เทียว ฟังเพลงอย่างเพียงพอ แค่นี้ชีวิตก็มีความสุขแล้ว”

1.2 การปฏิบัติตนให้มีคุณธรรม จริยธรรม

ผู้บริหาร มองว่ามนุษย์เราทุกคนไม่เท่าเทียมกัน มนุษย์ทุกคนเกิดมาต้องการความช่วยเหลือ การเป็นผู้ให้กับผู้อื่นเป็นสิ่งที่ควรปฏิบัติ หลีกเลี่ยงสิ่งที่ไม่ดีเราก็ไม่ทำ มีความอ่อนน้อมถ่อมตน อดทน มีการให้เกียรติซึ่งกันและกัน ยึดหลักของความโปร่งใส การให้ความดีความชอบ ขจัดความลำเอียง ตั้งอยู่บนพื้นฐานของความจำเป็น และทำตัวเองให้อยู่ในที่ที่เหมาะสม มีความเมตตากับผู้อื่น ต้องให้ความช่วยเหลือเกื้อกูลกับลูกน้อง รู้จักการเสียสละ หนักแน่นอดทน นึกถึงคนอื่น เอาใจเขามาใส่ใจเรา เป็นคนใจอ่อนสงสารคน ผู้บริหารท่านหนึ่งกล่าวถึงการปฏิบัติของตนเองว่า “มองมนุษย์ทุกคนมีความไม่เท่าเทียมกัน มีการให้บ้าง โดยดูตามความเหมาะสม ให้ความช่วยเหลือกับลูกน้องโดยเท่าเทียมกัน ”

ครูผู้สอน ให้ความช่วยเหลือผู้อื่นเท่าที่จะช่วยได้ เป็นผู้ให้กับผู้อื่นและให้กับคนที่ลำบากกว่า มองคนที่เขาไม่มี เช่น การมีเสื้อผ้า แบ่งปันเสื้อผ้าให้ผู้อื่น ช่วยเหลือในโอกาสที่เราช่วยเหลือได้ เราจะให้ใครรักเราก็ต้องรักเขาก่อน ผลจะเกิดขึ้นกับเราเอง นึกถึงคนที่เขาลำบากก็ช่วยเหลือให้เขามีความสุข มองโลกกว้าง ๆ มองในภาพรวม เช่น รักเด็ก รักสัตว์ เลี้ยงสัตว์ มีจิตใจ

เมตตากรุณา การทำงานมีการช่วยเหลือกัน มีน้ำใจให้กับเพื่อนร่วมงาน และทำความดีโดยฝึกเริ่มต้นที่ตนเองก่อน เสียสละทำงานเพื่อส่วนรวม ไม่ลำเอียง ให้ความเมตตากับเด็ก ทำตัวเองให้ดี คิดดี ทำให้เกิดคุณธรรม จริยธรรมในตัวเอง โดยได้รับการปลูกฝังจากครอบครัว ให้เป็นคนดี ส่งเสริมให้ผู้อื่นมีความสุข ปฏิบัติตามระเบียบวินัย มีความรับผิดชอบต่อสังคม และรักความยุติธรรม มีครูผู้สอนท่านหนึ่งได้กล่าวว่า “เราอยากให้ใครปฏิบัติกับเราแบบไหน เราต้องปฏิบัติกับเขาแบบนั้น การเป็นผู้ให้มีความสุขกว่าการเป็นผู้รับ เราจะให้ใครรักเรา เราต้องรักเขาก่อน”

1.3 การยึดหลักธรรมทางศาสนาเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวทางจิตใจ

ผู้บริหาร ยึดหลักธรรมทางศาสนาเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวทางจิตใจ ซึ่งหลักธรรมที่ยึดถือในการดำเนินชีวิต ได้แก่ ความอดทน ขันติ พรหมวิหาร 4 ความ پاکเพียร ความเที่ยงธรรม ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ผู้บริหารยึดมั่นว่าการทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว เดินตามทางสายกลาง มีการประพฤติปฏิบัติตนเป็นศาสนิกชนที่ดีโดยการเข้าวัด สืบมาตราบัญญตามโอกาสอันควร การสวดมนต์ ฟังเทศน์ ฟังธรรม เมื่อเกิดปัญหาต่างๆ ที่ทำให้ไม่สบายใจหรือเกิดความทุกข์ มีวิธีการเตรียมพร้อมรับมือกับสิ่งที่เกิดขึ้นในจิตใจโดยการยึดหลักธรรมทางศาสนาไปใช้ในการดำเนินชีวิต เพื่อให้ชีวิตมีความสุข จิตใจสบาย เข้มแข็งพร้อมรับมือกับสิ่งที่เกิดขึ้นภายในอนาคตได้เป็นอย่างดี สิ่งนี้จะช่วยแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้นได้ ผู้บริหารท่านหนึ่งกล่าวว่า “เมื่อมีความเครียดส่วนใหญ่มักจะนั่งนิ่งๆ แล้วก็คิดประมวลเหตุการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียด หาวิธีแก้ด้วยตนเองว่าสาเหตุที่ทำให้เราไม่เครียด เราไม่สบายใจเกิดจากตรงนั้น อย่าคล้อยตามและจะทำให้เราดีขึ้น มีการร้องไห้ หรือหลีกเลี่ยงปัญหา โดยการใช้หลักธรรมทางศาสนาซึ่งช่วยแก้ไขปัญหามาก” และมีผู้บริหารท่านหนึ่งกล่าวว่า “การยึดหลักธรรมทางศาสนา ทำให้มีพลังในการคิดใหม่ สามารถแก้ปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นได้” มีผู้บริหารท่านหนึ่งกล่าวว่า การให้ความจริงใจกับทุกคน ก็จะช่วยให้ตนเองมีความสุข และผู้อื่นก็มีความสุข นอกจากนั้นยังต้องให้ความเป็นกันเองกับผู้บริหารและบุคลากรในโรงเรียนด้วย

ครูผู้สอน ยึดหลักธรรมในเรื่องขันติ ความอดทน อดทนอารมณ์ร้อนของตนเองให้น้อยลง เว้นจากการทำชั่ว ทำความดี ทำจิตใจให้บริสุทธิ์ มงคลชีวิต 38 ประการ ความเมตตา กรุณา มีความความละเอียดและเกรงกลัวต่อบาป พรหมวิหาร 4 ความซื่อสัตย์กตัญญู ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ คิดแต่สิ่งที่ดีๆ ไม่มองส่วนที่ไม่ดี ทำให้เรามองคนในแง่ดี ทำวันนี้ให้ดีที่สุด เดินตามทางสายกลาง (มัชฌิมาปฏิปทา) เป็นหลักในการดำเนินชีวิต มีความรับผิดชอบ ฟังพอใจในสิ่งที่ตนเองมีอยู่ ใช้ชีวิตอย่างพอเพียง ทำให้ชีวิตของเรา มีการยับยั้งชั่งใจ มีจิตใจอ่อนโยน สุขภาพ ช่วยเหลือผู้อื่น และยึดหลักศีลห้า ซึ่งส่งผลให้ชีวิตมีความสุข มีเพื่อนเยอะ มีคนรักใคร่ ชีวิตดีขึ้น ทำให้หน้าที่การงานดีขึ้น มีความก้าวหน้า ทำให้ชีวิตมีความสุขทำงานด้วยความสุข ทำให้เราสบายใจ เรามีความสุข พ่อแม่เราก็มีความสุข ครูผู้สอนท่านหนึ่งให้สัมภาษณ์ว่า “การหาความสุขทางใจในขณะนี้ก็มี การพูดคุยกับผู้อื่น สวดมนต์ เข้าวัด ทำบุญ พอใจในสิ่งที่ตนเองมีอยู่ ตลอดจนมีการยึดหลักธรรมทางศาสนาเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวทางจิตใจและดำรงชีวิตอย่างพอเพียง แค่นี้ก็ทำให้จิตใจของเราดีขึ้นและมีมีความสุขมากแล้ว”

สรุปการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงด้านจิตใจของผู้บริหารและครูผู้สอน การทำให้มีจิตใจที่ดี ร่างกายแข็งแรง รู้จักให้อภัย มีการเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์และเหมาะสมกับวัย รู้จักดูแลรักษาสุขภาพของตนเองโดยการนอนหลับพักผ่อนอย่างเพียงพอ ให้ความรักความเมตตาและช่วยเหลือผู้อื่น ส่งเสริมให้ผู้อื่นมีความสุข มีคุณธรรมจริยธรรมในชีวิต และมีการยึดหลักธรรมทางศาสนาเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวทางจิตใจ ประพฤติปฏิบัติตนเป็นศาสนิกชนที่ดีโดยการเข้าวัด ใสบาตรทำบุญตามโอกาสอันควร สวดมนต์ ฟังเทศน์ ฟังธรรม เมื่อเกิดปัญหาต่างๆ ที่ทำให้ไม่สบายใจหรือเกิดความทุกข์ มีวิธีการเตรียมพร้อมรับกับสิ่งที่เกิดขึ้นในจิตใจ เพื่อให้กายและใจมีความสุข ส่งผลให้ชีวิตมีความสุข

2. ด้านสังคม

2.1 การปฏิบัติตนที่ทำให้ตัวเองและครอบครัวมีความสุข

ผู้บริหาร มีความพอเพียงในสิ่งที่ตนเองมีอยู่ ให้ความช่วยเหลือพี่น้อง และส่งเสริมครอบครัว โดยให้เกียรติซึ่งกันและกัน มีการพูดคุยปรึกษากัน ทำในสิ่งที่ถูกต้องดีงาม รู้จักการให้อภัย เอาใจเขามาใส่ใจเรา ทำงานให้มีความสุข ใช้ชีวิตในประจำวันให้มีความสุขมากที่สุด มีการวางแผนในการดำเนินชีวิตในปัจจุบันเพื่อนำไปสู่อนาคต เอาใจใส่ต่อคนในครอบครัว ปฏิบัติตามที่เราคาดหวังให้คนในครอบครัวได้ดี เอาใจใส่ดูแลต่อบุคคลรอบข้าง รู้จักหน้าที่ในการรับผิดชอบ มีผู้บริหารท่านหนึ่งกล่าวว่า “การทำให้ตัวเองและครอบครัวมีความสุข ก็โดยการทำให้ตัวเองไม่ลำบาก ทำตัวเองให้มีความสุข ใช้ชีวิตให้มีความสุข ปฏิบัติต่อครอบครัวตามที่เราคาดหวังไว้ สิ่งนี้ส่งผลให้ครอบครัวของเรามีความสุข”

ครูผู้สอน ทำให้คนในครอบครัวมีความสุข พูดคุยกันเข้าใจกัน มีปัญหาที่คุยกันปรึกษากันเพื่อแก้ปัญหา ให้กำลังใจ ช่วยกันคิดช่วยกันทำ ช่วยเหลือกันในครอบครัว ยอมรับฟังความคิดเห็นของบุคคลในครอบครัว มีเวลาให้กับครอบครัว ให้ความรักในครอบครัว เก็บเรื่องที่เครียด ๆ ไว้ข้างนอก สอนลูกให้รู้จักการแบ่งปัน การเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ไม่ทำให้อีกคนอื่นเดือดร้อน ดูแลครอบครัวในทางที่ถูกต้อง ปฏิบัติตามหน้าที่ของตนเองให้ดีที่สุด ครูผู้สอนท่านหนึ่งได้กล่าวถึงครอบครัวว่า “ถ้าครอบครัวอยากไปเที่ยวก็พาไป อยากทำอะไรก็หามาให้ ให้ความเอื้ออาทรต่อกัน คอยถามห่วงใยดูแลกัน ทำให้ทุกอย่างดีขึ้น ไม่สร้างปัญหาให้กับครอบครัว ทำหน้าที่ของเราให้ดีที่สุด ”

2.2 การให้ความช่วยเหลือกับผู้อื่น

ผู้บริหาร ให้ความช่วยเหลือผู้อื่นในเรื่องที่เขาต้องการ โดยต้องดูว่าเดือดร้อนจริง ๆ หรือเปล่า เดือดร้อนเพราะอะไร ช่วยทุกอย่างไม่ว่าจะเป็นเรื่องเงิน มีการพูดคุย ให้คำแนะนำ ดูเหตุและผลในการช่วยเหลือ ถ้าช่วยได้ก็จะช่วยเหลือเท่าที่จะช่วยได้ ช่วยเขาตามสถานการณ์ โดยที่เราไม่เดือดร้อน ให้คำแนะนำและเสนอแนวทางในการแก้ไข และมีการช่วยเหลือส่งเสริมในหน้าที่

การทำงานของลูกน้องด้วย มีผู้บริหารท่านหนึ่งกล่าวถึงการให้ความช่วยเหลือว่า “ผู้บริหารให้ความช่วยเหลือในเรื่องเงินทอง ให้เท่าที่จะช่วยได้ ตลอดจนช่วยเหลือส่งเสริมในหน้าที่การงานของลูกน้องด้วย”

ครูผู้สอน ให้ความช่วยเหลือผู้อื่นเท่าที่จะช่วยได้ โดยการให้คำแนะนำ ให้กำลังใจ ให้คำปรึกษาทั้งเรื่องการทำงานและการเงิน โดยดูตามความเหมาะสมกับกาลเทศะ และเสนอแนะแนวทางในการปฏิบัติ เช่น การใช้เงิน การดำรงชีวิตประจำวัน ซึ่งมีครูผู้สอนท่านหนึ่งกล่าวถึงการให้ความช่วยเหลือผู้อื่นว่า “ช่วยเหลือคนอื่นเท่าที่จะช่วยได้ ช่วยแนะนำในหน้าที่การงาน การเงินบ้าง โดยต้องดูให้เหมาะสมกับกาลเทศะด้วย”

2.3 การพึ่งพาผู้อื่นในสังคม

ผู้บริหาร มีการพึ่งพาผู้อื่นในหน้าที่การงาน เช่น ในกลุ่มของผู้บริหาร มีการช่วยเหลือเกื้อหนุนกันในการขอข้อมูล ในการชี้แนะแนวทางและส่งเสริมการทำงาน โดยให้ลูกน้องช่วยทำงานให้ประสบความสำเร็จ ร่วมมือกันในการทำงานร่วมกับบุคลากร โดยมีการพึ่งพากับบุคลากรทุกสายชั้น มีการขอคำแนะนำ ให้ความรู้ และมีการปรึกษาหารือกับเพื่อน ๆ ในการทำงาน และมีการพึ่งบุคลากร เช่น ในการวางแผนงาน มีบุคลากรช่วยจัดบันทึก จัดทำเอกสาร โดยมีผู้บริหารท่านหนึ่งกล่าวว่า “ในการทำงานก็ต้องมีการพึ่งพาผู้อื่นบ้าง เช่น การขอคำแนะนำในสิ่งที่เราไม่รู้ หรือมีการแนะแนวทางในการทำงาน” แต่มีผู้บริหารบางท่านบอกว่า ในการอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นในสังคมไม่ได้มีการพึ่งพาทั้งในการทำงานและในครอบครัว เพราะว่าส่วนใหญ่แล้วจะพึ่งพาตัวเองก่อนทุกครั้ง ยึดถือตัวเองก่อนเป็นอันดับแรก

ครูผู้สอน มีการพึ่งพาผู้อื่นในเรื่องเงิน การทำงาน การใช้ชีวิตประจำวัน พึ่งพากันและกัน มีการขอความช่วยเหลือในการทำงาน เช่น ถ่ายเอกสาร การขอความคิดเห็นในการตัดสินใจ การพิมพ์งาน พึ่งพาครอบครัวในเรื่องการเลี้ยงลูก การใช้เงิน ครูผู้สอนได้กล่าวถึงการพึ่งพาผู้อื่นว่า “ในการทำงานก็มีการพึ่งพาผู้อื่นไม่ว่าจะเป็นเรื่องเงินทอง การทำงาน การดูแลครอบครัว” และมีครูผู้สอนบางท่านกล่าวว่า “ในชีวิตประจำวันไม่มีการพึ่งพาใครเลย ช่วยเหลือตนเองมาตลอดส่วนใหญ่แล้วจะอยู่ด้วยตนเองและสามีเพียงเท่านั้น”

2.4 การให้ความร่วมมือกับชุมชน

ผู้บริหาร ได้ร่วมงานกิจกรรมของวัดและชุมชน มีการสร้างสัมพันธ์กับชุมชนในกิจกรรมต่าง ๆ เช่น งานของสมเด็จพระเจ้าพี่นางเธอสมเด็จพระเจ้าน้าฟ้ากัลยาณิวัฒนา กรมหลวงนราธิวาสราชนครินทร์ นำภูมิปัญญาท้องถิ่นของชุมชนมาช่วยในการสอนเด็ก เช่น ลีลาศ วาดการ์ตูน และผู้บริหารได้เข้าร่วมในการเป็นวิทยากรให้กับชุมชนหรือเด็กด้อยโอกาส มีการประสานกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในการบำรุงพระพุทธศาสนา มีการเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง ช่วยเหลืองานของคณะกรรมการโรงเรียนใน กิจกรรมต่าง ๆ เช่น ให้ความร่วมมือในวันเด็ก วันพระ วันพ่อ วันแม่ งานทอดกฐิน ช่วยเขตภาษีเจริญในเรื่องของการส่งบุคลากรไปทำงานและมีบริการสถานที่ของ

โรงเรียนให้ด้วย โดยผู้บริหารกล่าวว่า "ถ้าชุมชนต้องการความช่วยเหลือในเรื่องใด เราต้องให้ความช่วยเหลืออย่างเต็มที่เท่าที่เราจะช่วยได้ เพราะว่าเราต้องมีการพึ่งพาซึ่งกันและกัน"

ครูผู้สอน ได้ร่วมงานกับวัดในการจัดกิจกรรมต่างๆ เช่น งานของสมเด็จพระเจ้าพี่นางเธอสมเด็จพระเจ้าพี่นางเธอเจ้าฟ้ากัลยาณิวัฒนา กรมหลวงนราธิวาสราชนครินทร์ งานวันสำคัญทางศาสนา ได้แก่ งานตามประเพณี ทำบุญตักบาตร งานวัด จุดเทียนชัยถวายพระพร งานศพ งานบวช และยังเป็นพิธีกรในงานต่าง ๆ ด้วย ครูผู้สอนได้กล่าวถึงการร่วมงานกับชุมชนว่า "งานชุมชนก็ต้องมีการพึ่งพาอาศัยกัน ช่วยในกิจกรรมต่างๆ ของชุมชนอย่างเต็มที่ ทำให้เรามีความสุข คนอื่นก็มีความสุขด้วย โดยที่เราไม่ต้องการสิ่งตอบแทน"

สรุปการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงด้านสังคม ของผู้บริหารและครูผู้สอน จากการใช้ชีวิตให้มีความสุขในครอบครัว ให้เกียรติซึ่งกันและกัน ให้ความสำคัญกับครอบครัวโดยมีการทำกิจกรรมร่วมกันในครอบครัว มีการให้กำลังใจซึ่งกันและกัน การแสดงความคิดเห็นร่วมกัน มีการวางแผนในการใช้จ่าย ดำรงชีวิตร่วมกันอย่างมีความสุข ส่วนในการทำงานนั้น มีความเมตตาเอื้ออาทร ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน โดยมุ่งให้เกิดความสามัคคีร่วมมือกันในการทำงาน มีการแก้ไขปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นเพื่อให้การทำงานสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี และสร้างความเป็นปึกแผ่นในสังคมโดยการดำเนินกิจกรรมต่างๆ เพื่อให้บรรลุเป้าหมายในชุมชน

3. ด้านทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม

3.1 การปฏิบัติตนในการใช้ทรัพยากร

ผู้บริหาร มีการใช้ทรัพยากรอย่างประหยัดและคุ้มค่า เช่น ใช้กระดาษสองหน้า ใช้ไฟเท่าที่จำเป็น ไม่เปิดไฟทุกดวง ใช้น้ำอย่างประหยัด ปิด – เปิดน้ำทุกครั้งที่ใช้ น้ำที่ใช้แล้วก็นำไปใช้ประโยชน์ในการรดน้ำต้นไม้ ภูบ้านได้อีกด้วย เรียนรู้วิธีการใช้ไฟอย่างประหยัด เช่น ไม่เอาของร้อนเข้าไปในตู้เย็น มีการพูดคุยกับสมาชิกในครอบครัวและบุคลากรในโรงเรียนเกี่ยวกับการประหยัดน้ำ ประหยัดไฟ และใช้ทรัพยากรอย่างคุ้มค่าสิ่งไหนที่สามารถนำกลับมาใช้ใหม่ได้ก็มีการนำมาประยุกต์เป็นวัสดุใช้สอยในชีวิตประจำวัน เช่น กระดาษที่เหลือใช้ก็สามารถนำมาทำเป็นที่คั่นหนังสือ คั่นเอกสาร ซึ่งเป็นการประหยัดทรัพยากรและไม่เกิดความสิ้นเปลือง ซึ่งผู้บริหารท่านหนึ่งกล่าวถึงการใช้ไฟอย่างประหยัดว่า "การใช้ไฟเท่าที่จำเป็น ถึงไม่ใช้ของเราแต่เราก็ต้องดูแล และใช้เป็นประโยชน์ เช่น ทำความสะอาดจะซักผ้าซักวันไม่เกิน 3 ครั้งอย่างมากเพราะประหยัดน้ำ เช็ดครั้งแรกไม่บิดน้ำเช็ดจนแห้งแล้วจึงไปซักแล้วเช็ดอีกครั้ง สุดท้ายรถก็สะอาด ประหยัดน้ำด้วย เวลาอาบน้ำก็อาบแบบมหาจำลอง อาบ 5 ชั้น ชั้นแรกเทแล้วล้างหน้า ชั้นต่อมาเทใส่ตัวแล้วเอาสบู่มารองถูสบู่แล้วก็เทน้ำราดก็สะอาดดีนะ"

ครูผู้สอน มีการใช้ทรัพยากรอย่างประหยัดโดยใช้น้ำ ใช้ไฟอย่างคุ้มค่าและใช้เท่าที่จำเป็น น้ำที่ใช้แล้ว เช่น น้ำล้างจาน น้ำข้าวข้าว น้ำซักผ้า สามารถนำไปรดน้ำต้นไม้ได้ ซักผ้าภูบ้านได้ กระดาษก็ใช้ทั้งสองหน้าและสามารถนำไปใช้ประโยชน์อย่างอื่นได้อีก เช่น พับเป็นรูปร่างต่างๆ

ใช้ทดเลข ตกแต่งห้องเรียน ทำให้เกิดประโยชน์กับตนเองและผู้อื่นมากที่สุด มีครูผู้สอนท่านหนึ่ง กล่าวถึงการประหยัดทรัพยากรไว้ว่า "ล้างมือเสร็จก็ปิดน้ำ น้ำล้างจานก็นำไปรดน้ำต้นไม้ น้ำที่เปลี่ยนจากตู้ปลาก็นำไปรดน้ำต้นไม้ ใช้ไฟก็ถอดปลั๊กทุกครั้งเมื่อไม่ใช้ ไม่เสียบปลั๊กทิ้งไว้ เพราะเปลืองไฟ และจะไม่เปิดตู้เย็นบ่อยๆ เพราะกินไฟ เปิดตู้เย็นวันละครั้งเท่านั้น รีดผ้าก็รีดครั้งละหลายๆ โทรทัศน์ก็เปิดเท่าที่จำเป็น สิ่งนี้ทำให้ประหยัดน้ำและไฟได้มากจริงๆ นะ "

3.2 การประหยัดพลังงาน

ผู้บริหาร มีเหตุผลในการใช้พลังงานอย่างประหยัดโดยใช้รถก็ใช้เท่าที่จำเป็น ระยะทางที่ไกลก็สามารถเดินเท้าหรือปั่นจักรยานมาโรงเรียน ส่วนถ้าไปหลายๆ คนก็จะไปรถคันเดียวกันเพื่อประหยัดพลังงาน ใช้ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมอย่างประหยัดและใช้เท่าที่จำเป็น ผู้บริหารท่านหนึ่งกล่าวถึง การประหยัดพลังงานไว้ว่า "ใช้พลังงานอย่างประหยัด เช่น ในการเดินทางต้องคิดว่าจะไปไหน จำเป็นไหมที่จะต้องไป และคำนึงว่าดีหรือไม่ดี ถ้าไม่ไปไหนไกลก็จะเดินเป็นส่วนใหญ่"

ครูผู้สอน ใช้พลังงานอย่างมีเหตุผล โดยใช้พลังงานอย่างประหยัด ใช้แก๊สแทนน้ำมัน ใช้รถส่วนตัวเท่าที่จำเป็น ในระยะทางที่ใกล้ๆ ก็เดินเท้าและใช้จักรยานแทนเพื่อประหยัดพลังงาน ประหยัดน้ำมันและเพื่อเป็นการออกกำลังกาย ช่วยให้ร่างกายแข็งแรงด้วย ซึ่งมีครูผู้สอนท่านหนึ่งกล่าวถึงการใช้รถยนต์ในการเดินทางว่า " เวลาเดินทางถ้าไปหลายๆ คนก็จะไปรถคันเดียวกัน เพราะประหยัดน้ำมัน บางครั้งก็นั่งรถเมล์แทนในระยะทางที่ใกล้ๆ หรือบางครั้งก็เดินเท้าแทนทำให้ไม่สิ้นเปลืองเงิน ประหยัดค่าใช้จ่ายอีกด้วย"

3.3 การปฏิบัติที่ช่วยแก้ปัญหาภาวะโลกร้อน

ผู้บริหาร มีการใช้ทรัพยากรอย่างประหยัด เหมาะสมและเกิดประโยชน์มากที่สุด สิ่งใดที่สามารถใช้ทดแทนกันได้ก็จะนำมาใช้ สิ่งไหนนำกลับมาใช้ใหม่ได้ก็จะนำมาใช้ นอกจากนั้นจะใช้ทรัพยากรที่มีอยู่ตามธรรมชาติและไม่ใช้ของที่ทำลายธรรมชาติ เช่น ทำกระถางจากใบตอง ตันกล้วย ส่วนใหญ่จะมีการใช้ถุงผ้าในการจับจ่ายใช้สอยแทนถุงพลาสติก เพื่อลดปริมาณขยะและปลูกต้นไม้เพื่อเพิ่มพื้นที่สีเขียว รับผิดชอบในการประหยัดพลังงานเข้าสู่โรงเรียนโดยให้ครูอาจารย์สร้างจิตสำนึกให้กับเด็กในการประหยัดพลังงานและแก้ปัญหาภาวะโลกร้อนด้วย ผู้บริหารท่านหนึ่งกล่าวถึงการแก้ปัญหาภาวะโลกร้อนว่า "สิ่งไหนที่เรามีอยู่แล้ว เราก็นำกลับมาใช้ใหม่ได้ เพื่อลดปริมาณขยะให้น้อยลง"

ครูผู้สอน มีการใช้ถุงผ้าแทนการใช้ถุงพลาสติก เวลาซื้อกับข้าวหรือจ่ายตลาดก็นำถุงไปใบเดียว จะไม่ใช้ถุงพลาสติกหรือกล่องโฟมเพราะทำลายยากและมีสารพิษเยอะ อีกทั้งการใช้ถุงผ้ายังช่วยลดภาวะโลกร้อนและลดปริมาณขยะด้วย นอกจากนั้นไม่พยายามเผาขยะเพราะทำลายสิ่งแวดล้อม และบางครั้งก็มีการปลูกต้นไม้เพิ่มในบริเวณบ้าน เพื่อเพิ่มพื้นที่สีเขียวให้กับบ้าน ช่วยให้อากาศไม่ร้อนด้วย มีครูผู้สอนท่านหนึ่งกล่าวถึงการซื้อกับข้าวของตัวเองว่า "ซื้อกับข้าวก็ใช้ถุงใบเดียวหรือใช้ถุงผ้าไม่เอาถุงพลาสติกเพราะลดปริมาณขยะ"

3.4 นำวัสดุเหลือใช้มาทำให้เกิดประโยชน์ โดยมีวิธีการดังนี้

ผู้บริหาร มีการนำวัสดุเหลือใช้มาทำให้เกิดประโยชน์ เช่น การทำที่จัดเรียงเอกสาร คั่นหน้าเอกสาร ทำจักรยานน้ำ นำมาทำอุปกรณ์การเชิยร์ของเด็ก เป็นกระปุกออมสิน สำหรับหยอดเหรียญ นำมาทำที่ใส่แปรงสีฟัน เก็บถุงพลาสติกนำมาใส่ขยะ นอกจากนั้นยังส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้สู่ครูแต่ละสายชั้น โดยขอความร่วมมือกับทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องในการนำวัสดุเหลือใช้มาทำให้เกิดประโยชน์ในการเรียนการสอน ซึ่งผู้บริหารบางท่านได้กล่าวว่า “วัสดุอุปกรณ์ที่ไม่ใช้แล้วเราก็นำมาประยุกต์เป็นของใช้ อย่างอื่น เช่น ทำที่ใส่แปรงสีฟัน ทำกระถางใส่ต้นไม้ ทำกระปุกออมสิน สิ่งเหล่านี้ถ้าเรารู้จักใช้จะเป็นประโยชน์กับตัวเราและสังคมไม่ใช่น้อย”

ครูผู้สอน ได้นำเศษวัสดุที่เหลือใช้ก็สามารถนำมาทำประโยชน์โดยการประดิษฐ์เป็นกระถาง ทำเกมการศึกษาสำหรับเด็ก พับถุงใช้ในการสอน ทำที่ปลูกข้าว ปลูกข้าวในขวด แจกันดอกไม้ นำกระป๋องมาทำเป็นที่รดน้ำต้นไม้ กระป๋องแบ่งทำเป็นกระปุกออมสิน กล่องยาสีฟัน มาประดิษฐ์เป็นตุ๊กตาเป็นของเล่นให้ลูก และเก็บกระดาดไข่ห่อของขวัญ ให้นักเรียนนำมาทำเป็นของเล่น การพับกระดาษ เช่น พับนก หรือนำไปขายเพื่อลดปริมาณขยะให้น้อยลง ครูผู้สอนท่านหนึ่งกล่าวว่า “เศษวัสดุทุกอย่างที่มีอยู่ไม่เคยมทิ้ง เพราะว่าสามารถนำไปทำประโยชน์ได้หลายอย่าง ไม่ว่าจะเป็นทำสื่อการสอนให้กับเด็ก ทำเป็นของเล่นให้กับลูก และจะปลูกฝังลูก ๆ ให้ใช้ทรัพยากรอย่างประหยัด ห้ามทิ้ง เพราะสิ่งเหล่านี้จะเป็นประโยชน์กับตัวเราอย่างมากอีกทั้งยังช่วยประหยัดเงินในการซื้อด้วย”

3.5 การรักษาทรัพยากรธรรมชาติ

ผู้บริหาร ได้มอบนโยบายให้ครูจัดการเรียนรู้ให้กับเด็กในการใช้ทรัพยากรธรรมชาติ การสร้างจิตสำนึกในการประหยัดทรัพยากรและประหยัดพลังงาน โดยมีการทำอย่างต่อเนื่อง นอกจากนั้นยังส่งเสริมบุคลากรในการเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับเด็ก สร้างจิตสำนึกที่ดีในการดูแลรักษาทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ของชุมชน เพื่อเตรียมพร้อมรับมือกับปัญหาการสูญสิ้นไปของทรัพยากร ผู้บริหารท่านหนึ่งกล่าวถึงการรักษาทรัพยากรว่า “การจะรักษาทรัพยากรให้คงอยู่ เราจะต้องร่วมมือกันหลาย ๆ ฝ่าย โดยต้องสร้างจิตสำนึกในการอนุรักษ์ทรัพยากรกับบุคลากรที่เกี่ยวข้องรวมถึงเด็กนักเรียน ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะเกิดผลดี”

ครูผู้สอน ปฏิบัติตนเป็นแบบอย่าง มีการปลูกฝังให้เด็กรักธรรมชาติไม่ทำลาย เช่น ในโรงเรียนมีต้นไม้คุณธรรม จะไม่ให้เด็กไปขโมย แต่จะเก็บกินพร้อมกัน ส่วนต้นไม้ที่แห้งตายก็นำไปทำฟืน ทำเป็นเชื้อเพลิง สอนนักเรียนให้รู้จักคุณค่าของต้นไม้ ดูแลรักษาธรรมชาติ ปลูกต้นไม้ ดูแลรักษาต้นไม้ รดน้ำบ่อย ๆ ไม่ตัดต้นไม้ ไม่ทำลาย ไม่ทิ้งขยะลงในแม่น้ำลำคลอง ครูผู้สอนท่านหนึ่งให้สัมภาษณ์ว่า “การปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดี เช่น ในโรงเรียนมีต้นไม้คุณธรรมก็จะปลูกฝังให้เด็กรักธรรมชาติ ไม่ทำลาย เวลากินจะต้องเก็บกินพร้อมกัน และปลูกต้นไม้ทดแทน ต้นไหนที่แห้งตายก็นำไปทำเป็นฟืน ทำเป็นเชื้อเพลิง ซึ่งช่วยประหยัดไปได้มาก”

สรุปการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงด้าน ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ของผู้บริหารและครูผู้สอน มีการใช้ทรัพยากรอย่างประหยัด โดยใช้น้ำ ไฟ กระดาษ เท่าที่จำเป็น ประหยัดพลังงานโดยการใชัรถส่วนตัวเท่าที่จำเป็น ในระยะทาง ที่ใกล้ๆ ก็เดินเท้าและใช้จักรยานแทน เพื่อเป็นการออกกำลังกาย เศษวัสดุที่เหลือใช้สามารถนำมา ประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์ทั้งต่อตนเองและสังคม นอกจากนี้ยังมีการใช้สิ่งของที่มีอยู่ตามธรรมชาติ โดยไม่ทำลายสิ่งแวดล้อม เพื่อลดปริมาณขยะให้น้อยลง และมีการใช้ถุงผ้าเพื่อช่วยลดภาวะโลกร้อน มีการปลูกต้นไม้เพื่อเพิ่มพื้นที่สีเขียว ผู้บริหารได้มีการจัดการเรียนรู้สู่ครูในโรงเรียน โดยร่วมมือกับ บุคลากรทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องในการรับนโยบายการประหยัดพลังงานเข้าสู่โรงเรียน และมอบนโยบาย ให้ครูจัดการเรียนรู้ให้กับเด็กในการใช้ทรัพยากรธรรมชาติ การสร้างจิตสำนึกในการประหยัด ทรัพยากรและประหยัดพลังงาน โดยมีการทำอย่างต่อเนื่อง และบุคลากรปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดี ให้กับเด็ก เพื่อสร้างจิตสำนึกในการดูแลรักษาทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม

4. ด้านเทคโนโลยี

4.1 เทคโนโลยีที่นำมาใช้

เทคโนโลยีที่ผู้บริหารนำมาใช้ ได้แก่ คอมพิวเตอร์ โทรศัพท์ โทรทัศน์ หม้อหุงข้าว เครื่องซักผ้า ไมโครเวฟ เครื่องเสียง ตู้เย็น อินเทอร์เน็ต เตาไรต์ เครื่องโปรเจกเตอร์ เทคโนโลยีในการเดินทาง เช่น รถยนต์ รถไฟฟ้าใต้ดิน ฯลฯ

เทคโนโลยีที่ครูผู้สอนนำมาใช้ คอมพิวเตอร์ โทรศัพท์ โทรทัศน์ หม้อหุงข้าว เครื่องซักผ้า ไมโครเวฟ เครื่องเสียง ตู้เย็น อินเทอร์เน็ต เตาไรต์ เทคโนโลยีในการเดินทาง เช่น รถยนต์ ฯลฯ

4.2 ความสำคัญของเทคโนโลยี

เทคโนโลยีมีความสำคัญกับผู้บริหารในการทำงาน ช่วยในการสืบค้นข้อมูลในการ บริหารงานได้เป็นอย่างดี ทำให้งานมีประสิทธิภาพ ทำให้สะดวกสบาย และมีการสร้างงานใหม่ ๆ ได้อย่างคล่องตัวรวดเร็ว ย่นระยะเวลาในการทำงาน ทำให้ได้นวัตกรรมใหม่ ๆ เกิดขึ้น การดำรงชีวิตมีสีสันมากขึ้น มีผู้บริหารท่านหนึ่งกล่าวถึงการใช้เทคโนโลยีว่า "เทคโนโลยีช่วยให้เรา สบาย ประหยัดแรงงาน สะดวก รวดเร็ว ทำงานเสร็จเร็ว ทำให้มีความสุขทั้งกายและใจ"

เทคโนโลยีมีความสำคัญกับครูผู้สอนในการดำเนินชีวิตประจำวัน เช่น โทรศัพท์ ใช้ในการติดต่อสื่อสาร คอมพิวเตอร์ใช้ในการทำงาน เกิดความสะดวกสบายในการดำเนิน ชีวิตประจำวัน เดินทางได้สะดวก ติดต่อสื่อสารได้รวดเร็ว ย่นระยะเวลาในการศึกษาหาความรู้ ประหยัดเวลา ช่วยอำนวยความสะดวกในการศึกษาหาข้อมูล และสามารถพัฒนาตัวเองให้ทันกับ เหตุการณ์บ้านเมือง ทำให้มีความสุขทั้งกายและทางใจ ครูผู้สอนท่านหนึ่งกล่าวว่า "เทคโนโลยี สามารถทำงานได้ด้วย ดูหนัง ฟังเพลง และเป็นสื่อให้กับเด็กด้วย" ครูผู้สอนยังกล่าวอีกว่า "

เทคโนโลยีมีความสำคัญกับชีวิตคนเรา ถ้าเราใช้ให้ถูกทางก็จะมีประโยชน์ต่อตัวเรามาก ต้องขึ้นอยู่กับ การเลือกใช้เทคโนโลยีที่ทำให้เกิดประโยชน์กับตนเองและผู้อื่นให้มากที่สุด”

4.3 การดำรงชีวิตโดยปราศจากเทคโนโลยี

ผู้บริหาร ชีวิตส่วนใหญ่ถ้าขาดเทคโนโลยีชีวิตก็สามารถดำรงอยู่ได้ตามปกติ โดยใช้หลักของความพอเพียงตามปรัชญาของในหลวง ดำรงชีวิตอยู่ตามธรรมชาติมีการหาสิ่งอื่นมาทดแทนจากประสบการณ์ที่มีมาในสมัยก่อน มีผู้บริหารท่านหนึ่งกล่าวว่า “ถ้าชีวิตนี้ไม่มีเทคโนโลยีชีวิตก็ดำรงอยู่ได้โดยหาสิ่งอื่นมาทดแทน และนำหลักความพอเพียงของในหลวงมาใช้ในชีวิตประจำวัน”

ครูผู้สอน กล่าวว่า ถ้าไม่มีเทคโนโลยีที่อำนวยความสะดวกสบายแล้วดำรงชีวิตอยู่ได้โดยใช้หลักเศรษฐกิจพอเพียง เช่น การปลูกผัก โดยนำประสบการณ์ในสมัยก่อนมาใช้ในชีวิตประจำวัน และพยายามปรับเปลี่ยนตัวเองตลอดเวลา ครูผู้สอนกล่าวถึง การดำรงชีวิตโดยปราศจากเทคโนโลยีว่า “เราดำรงชีวิตอยู่ได้ โดยดำรงชีวิตอยู่อย่างพอเพียงตามธรรมชาติ เพราะในสมัยก่อนเราก็ดำรงชีวิตอยู่ได้ ไม่เห็นต้องพึ่งพาสิ่งเหล่านี้เลย”

สรุปการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงด้านเทคโนโลยี ของผู้บริหารและครูผู้สอน มีการใช้เทคโนโลยีเท่าที่จำเป็น และเหมาะสมในชีวิตประจำวัน มีการเรียนรู้ แสวงหาความรู้ใหม่ๆ เกี่ยวกับเทคโนโลยีมาใช้ ซึ่งทำให้เกิดความสะดวกสบายในการทำงาน ติดต่อสื่อสารได้รวดเร็ว ประหยัดเวลา ช่วยอำนวยความสะดวกในการศึกษาหาข้อมูล และสามารถพัฒนาตัวเองให้ทันเหตุการณ์บ้านเมือง ส่งผลให้มีความสุขทางกายและทางใจ ชีวิตส่วนใหญ่ถ้าขาดเทคโนโลยีชีวิตก็สามารถดำรงอยู่ได้ตามปกติ โดยใช้หลักของความพอเพียงตามปรัชญาของในหลวงมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต

5. ด้านเศรษฐกิจ

5.1 การปฏิบัติตนในการลดรายจ่าย

ผู้บริหาร มีการใช้จ่ายเงินอย่างประหยัด ใช้ในสิ่งที่จำเป็นและเหมาะสม คำนึงถึงความคุ้มค่าและรายได้ที่ตนเองมี จัดสรรเงินในการใช้จ่าย ให้เพียงพอ สิ่งไหนมีแล้วก็ไม่ต้องซื้อ มีความพอประมาณ และพอเพียงในการดำรงชีวิตตามฐานะของตนเอง ผู้บริหารท่านหนึ่งให้ความคิดเห็นในการใช้จ่ายว่า “การใช้จ่ายต้องใช้จ่ายอย่างประหยัด ต้องคิดก่อนซื้อทุกครั้ง และต้องเรียงลำดับความสำคัญในการซื้อของด้วย สิ่งนี้จะช่วยเราประหยัดได้มาก จริงๆ นะ” และผู้บริหารใช้หลักเหตุและผลในการซื้อของของแต่ละครั้ง โดยคำนึงถึงความจำเป็นที่ตนเองต้องการใช้ เวลาซื้อของเคยซื้อราคาแพงก็ลดลงโดยการหันมาซื้อของราคาถูกแทน ผู้บริหารท่านหนึ่งกล่าวว่า “การใช้จ่ายเงินแต่ละครั้งก็มีการทบทวนถึงความจำเป็นในชีวิตประจำวัน คำนึงถึงประโยชน์และความคุ้มค่าของสินค้า และการซื้อของแต่ละครั้งจะซื้อเป็นของชิ้นใหญ่เพื่อประหยัดราคา ยิ่งในช่วงการลดราคาจากร้านยิ่งดี ได้ของราคาถูก”

ครูผู้สอน มีการใช้จ่ายอย่างประหยัด ไม่ฟุ่มเฟือย โดยคำนึงถึงความจำเป็นและความเหมาะสมในการใช้จ่ายเงิน สิ่งใดควรซื้อก็ซื้อ สิ่งใดไม่ควรซื้อก็ไม่ซื้อ การซื้อของใช้ในบ้านก็ต้องซื้อให้พอดีไม่มากและน้อยจนเกินไป ต้องเลือกซื้อสินค้าที่คุ้มค่าและมีประโยชน์ และต้องรักษาสินค้าที่เราใช้ให้อยู่ในสภาพที่เหมาะสมกับการใช้งานได้นานๆ ครูผู้สอนท่านหนึ่งกล่าวว่า ” ในทุกวันนี้ใช้สิ่งที่อำนวยความสะดวกน้อยลง ตัดส่วนที่ไม่จำเป็นออกไป สิ่งไหนควรซื้อก็ซื้อ ซื้อของใช้เฉพาะให้ลูก ไปเที่ยวให้น้อยลง และตัดส่วนที่ฟุ่มเฟือยออกไป” ครูผู้สอนท่านหนึ่งกล่าวว่า อาหารก็จะซื้อมาทำทานเองที่บ้านกับลูก ๆ เป็นประจำ เพราะจะทานได้หลายมือ บางครั้งจะกินของที่เหลือจากลูก ๆ ถ้าอาหารเหลือก็จะนำมาปรับเปลี่ยนให้เป็นอาหารชนิดใหม่สำหรับการทานในครั้งต่อไป อะไรที่ประหยัดได้ก็ประหยัด ก็ประหยัดได้เยอะนะ

5.2 การวางแผนในการใช้จ่ายเงิน

ผู้บริหาร มีการทบทวนรายรับ-รายจ่ายของตนเองในแต่ละวัน และมีการวางแผนในการใช้จ่ายเงินด้วยทุกครั้ง โดยทำบัญชีในการใช้จ่ายเงินและเก็บออมเงินไว้เพื่ออนาคต ยังมีการเพิ่มรายได้ให้กับตนเอง โดยการค้าขาย เล็กๆ น้อยๆ เพื่อเพิ่มรายได้ให้กับครอบครัว รู้จักประมาณตน ในการใช้เงิน ใช้จ่ายเงินเท่าที่เรามี ผู้บริหารท่านหนึ่งกล่าวว่า ”การใช้ชีวิตในประจำต้องมีการวางแผนอนาคตในการใช้เงิน และวางแผนชีวิตให้สามารถดำรงอยู่ได้”

ครูผู้สอน การใช้จ่ายเงินในแต่ละครั้งจะดูถึงความจำเป็นและความต้องการของคนในครอบครัว การใช้จ่ายเงินในแต่ละครั้งจะมีการเก็บเงินไว้เพื่อการออมในอนาคตด้วย โดยมีการวางแผนในการดำรงชีวิต จัดทำบัญชีรายรับ – รายจ่ายในแต่ละเดือน ครูผู้สอนท่านหนึ่งกล่าวว่า ”อะไรที่ประหยัดได้ ก็ประหยัด การซื้อแต่ละครั้งต้องดูว่าจำเป็นกับเราหรือไม่ ถ้าไม่จำเป็นก็ตัดออกไป”

5.3 การนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต

ผู้บริหาร นำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต โดยมีความพึงพอใจในสิ่งที่ตนเองมีอยู่ไม่ขวนขวายอยากได้จนเกินกำลังและฐานะของตนเอง ใช้จ่ายทรัพย์สินเงินทองให้เกิดประโยชน์มากที่สุด ดำรงชีวิตโดยการปลูกผัก เลี้ยงปลา มีการแลกเปลี่ยนกับเพื่อนบ้านหรือนำมาจำหน่ายเพื่อเพิ่มรายได้ให้กับตนเอง นอกจากนั้นมีเหตุผลเป็นแนวทางที่สามารถช่วยให้ชีวิตลดความทุกข์และความสุขของตนเองได้ คือการมีทัศนคติปัญญาในการดำเนินชีวิต คำนึงถึงความจำเป็นที่ตนเองต้องการใช้ เช่น เวลาซื้อของ เคยซื้อราคาแพงก็ลดลงโดยการหันมาซื้อของราคาถูกแทน ในแต่ละวันก็มีการทบทวนรายรับ-รายจ่ายของตนเอง และมีการวางแผนการใช้เงินโดยทำบัญชีในการใช้จ่ายเงินและเก็บออมเงินไว้เพื่ออนาคต ผู้บริหารท่านหนึ่งกล่าวว่า ”การใช้ชีวิตในประจำต้องมีการวางแผนอนาคตในการใช้เงินและวางแผนชีวิตและนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาปรับใช้ในชีวิตประจำวัน เช่น การกิน การอยู่ ปลูกผัก เลี้ยงปลา อยู่แบบธรรมชาติก็มีความสุขดี”

ครูผู้สอน มีการใช้จ่ายอย่างประหยัด ไม่ฟุ่มเฟือย โดยคำนึงถึงความจำเป็นและความเหมาะสมในการใช้จ่ายเงิน เพราะรู้จักพอประมาณในชีวิต มีเหตุผลในการใช้จ่ายเงินในแต่ละครั้งจะดูถึงความจำเป็นและความต้องการของคนในครอบครัว โดยมีการวางแผนในการดำรงชีวิต การซื้อของใช้ในบ้านก็ต้องซื้อให้พอดีไม่มากและน้อยจนเกินไป มีการจัดทำบัญชีรายรับ – รายจ่าย ในแต่ละเดือน มีการใช้ทรัพยากรอย่างประหยัด คุ่มค่า ใช้ในสิ่งที่จำเป็น เหมาะสม เพื่อให้สามารถพึ่งพาตนเองได้ ตลอดจนครูผู้สอนได้มีการปลูกฝังในเรื่องการดำเนินชีวิตอย่างพอเพียงให้เด็กได้นำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน และมีการนำไปสู่การปฏิบัติกับผู้ปกครองเพื่อเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับเด็กต่อไป ครูผู้สอนท่านหนึ่งกล่าวว่า "การนำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของในหลวงมาใช้ในการชีวิตประจำวัน โดยใช้จ่ายอย่างประหยัด ไม่ฟุ่มเฟือยจนเกินไป ไม่อดจนเกินไป ใช้จ่ายในสิ่งที่จำเป็น กินอย่างพอเพียง ทำให้ใช้ชีวิตได้อย่างสบายไม่ลำบาก"

สรุปการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ด้านเศรษฐกิจ ของผู้บริหารและครูผู้สอน มีการใช้จ่ายเงินอย่างประหยัด ใช้ในสิ่งที่จำเป็นเหมาะสม และคุ่มค่า โดยคำนึงถึงรายได้ให้เพียงพอกับรายจ่าย มีการวางแผนในการใช้จ่ายเงิน โดยมีการทำบัญชีในการใช้จ่ายเงินและเก็บออมเงินไว้เพื่ออนาคต ดำเนินชีวิตตามธรรมชาติ พออยู่พอกิน มีความพอประมาณ และพอเพียงในการดำรงชีวิต เพื่อให้สามารถพึ่งพาตนเองได้ และนอกจากนี้ผู้บริหารและครูผู้สอนได้มีการปลูกฝังในเรื่องการดำเนินชีวิตอย่างพอเพียงให้เด็กได้นำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน ได้รู้จักกิน รู้จักใช้จ่ายเงิน ตลอดจนมีการนำไปสู่การปฏิบัติกับผู้ปกครองเพื่อเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับเด็ก

บทที่ 5

สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของบุคลากรโรงเรียนประถมศึกษา สรุปไว้โดยลำดับดังนี้

1. วัตถุประสงค์ของการวิจัย
2. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย
3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
4. การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล
5. สรุปผลการวิจัย
6. อภิปรายผล

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของบุคลากรในโรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร 5 ด้าน คือ ด้านจิตใจ ด้านสังคม ด้านทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ด้านเทคโนโลยี และด้านเศรษฐกิจ

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นบุคลากรในโรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร ในปีการศึกษา 2551 จำนวน 2 โรงเรียน ซึ่งประกอบด้วย

1. ผู้บริหารโรงเรียน จำนวน 8 คน
2. ครูผู้สอน จำนวน 17 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสัมภาษณ์การดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง 5 ด้าน คือ ด้านจิตใจ ด้านสังคม ด้านทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ด้านเทคโนโลยี และด้านเศรษฐกิจ

การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล

หลังจากสัมภาษณ์จากกลุ่มตัวอย่างเรียบร้อยแล้วผู้วิจัยนำมาจัดกระทำข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

1. การจัดกระทำข้อมูล

1.1 นำข้อมูลที่ได้จากเครื่องบันทึกเสียงและข้อมูลที่จดบันทึก นำมาเรียบเรียงเนื้อหาให้ครบถ้วน

2. การวิเคราะห์ข้อมูล

2.1 วิเคราะห์สถานภาพของผู้ให้ข้อมูลโดยการหาค่าร้อยละ (Percentage)

2.2 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้การวิเคราะห์แบบบรรยาย และนำเสนอผลการวิจัยในรูปของความเรียง

สรุปผลการวิจัย

จากการศึกษา การดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง 5 ด้าน คือ ด้านจิตใจ ด้านสังคม ด้านทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ด้านเทคโนโลยี และด้านเศรษฐกิจ สรุปได้ดังนี้

1. ผู้บริหารและครูผู้สอนในโรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร มีการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงในแต่ละด้าน ดังนี้

1.1 ผู้บริหารและครูผู้สอนพึ่งพาตนเองด้านจิตใจด้วยการมีจิตใจที่ดี ร่าเริงแจ่มใส รู้จักให้อภัยให้ความรักความเมตตาและช่วยเหลือผู้อื่น ส่งเสริมให้ผู้อื่นมีความสุข มีคุณธรรมจริยธรรมในการดำเนินชีวิต รู้จักเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์และเหมาะสมกับวัย ดูแลรักษาสุขภาพของตนเองโดยการนอนหลับพักผ่อนอย่างเพียงพอ และยึดหลักกรรมทางศาสนาเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวทางจิตใจ ประพฤติปฏิบัติตนเป็นศาสนิกชนที่ดีโดยการเข้าวัด ใสบาตรทำบุญตามโอกาสอันควร เมื่อเกิดปัญหาต่างๆ ที่ทำให้ไม่สบายใจหรือเกิดความทุกข์ มีวิธีการเตรียมพร้อมรับมือกับสิ่งที่เกิดขึ้นในจิตใจ เพื่อให้กายและใจมีความสุข ส่งผลให้ชีวิตมีความสุข

1.2 ผู้บริหารและครูผู้สอนพึ่งพาตนเองด้านสังคมจากการใช้ชีวิตให้มีความสุขในครอบครัว มีการให้เกียรติซึ่งกันและกัน มีการให้กำลังใจกัน ให้ความสำคัญกับครอบครัวโดยมีการทำกิจกรรมร่วมกันในครอบครัว การแสดงความคิดเห็นร่วมกันในการวางแผนของครอบครัวและดำรงชีวิตร่วมกันอย่างมีความสุข ส่วนในการทำงานนั้นให้ความเมตตาเอื้ออาทร ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน โดยมุ่งให้เกิดความสามัคคีร่วมมือกันในการทำงาน มีการแก้ไขปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นเพื่อให้การทำงานสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี และสร้างความเป็นปึกแผ่นในสังคมโดยการดำเนินกิจกรรมต่างๆ เพื่อให้บรรลุเป้าหมายในชุมชน

1.3 ผู้บริหารและครูผู้สอนพึ่งพาตนเองด้านทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมโดยใช้ทรัพยากรอย่างประหยัด ใช้น้ำ ไฟ กระดาษ เท่าที่จำเป็น ประหยัดพลังงานโดยใช้รถส่วนตัวเท่าที่จำเป็น เศษวัสดุที่เหลือใช้สามารถนำมาประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์ทั้งต่อตนเองและสังคม นอกจากนี้ยังมีการใช้สิ่งของที่มิอยู่ตามธรรมชาติ ไม่ทำลายสิ่งแวดล้อม เพื่อลดปริมาณขยะให้

น้อยลง และมีการใช้ถุงผ้าเพื่อช่วยลดภาวะโลกร้อน ช่วยกันปลูกต้นไม้เพื่อเพิ่มพื้นที่สีเขียว ตลอดจนมีการประพฤติปฏิบัติตนของผู้บริหารและครูผู้สอนให้เป็นแบบอย่างที่ดีสำหรับเด็ก เพื่อปลูกฝังและส่งเสริมให้เด็กมีพฤติกรรมในการใช้ทรัพยากรธรรมชาติอย่างคุ้มค่า อีกทั้งยังให้ความรู้กับผู้ประกอบการในการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมต่างๆ ด้วย

1.4 ผู้บริหารและครูผู้สอนพึงพาตนเองด้านเทคโนโลยีโดยมีการใช้เทคโนโลยีเท่าที่จำเป็น และเหมาะสมในชีวิตประจำวัน มีการเรียนรู้ แสวงหาความรู้ใหม่ๆ เกี่ยวกับเทคโนโลยีมาใช้ ซึ่งทำให้เกิดความสะดวกสบายในการทำงาน ติดต่อสื่อสารได้รวดเร็ว ประหยัดเวลา ช่วยอำนวยความสะดวกในการศึกษาหาข้อมูล และสามารถพัฒนาตัวเองให้ทันเหตุการณ์บ้านเมือง ส่งผลให้มีความสุขทางกายและทางใจในชีวิต

1.5 ผู้บริหารและครูผู้สอนพึงพาตนเองด้านเศรษฐกิจโดยการรู้จักประมาณตน ดำรงชีวิตอยู่อย่างพอเพียง พออยู่ พอกิน พอใช้ ตามฐานะของตนเอง ใช้จ่ายเงินอย่างประหยัด ตามความจำเป็น มีการวางแผนในการใช้เงินและเก็บเงินออมไว้เพื่ออนาคต ดำรงชีวิตตามฐานะของตนเอง ซึ่งส่งผลให้บุคลากรมีการพึ่งพาตนเองในการดำเนินชีวิตได้เป็นอย่างดี

การอภิปรายผล

จากการศึกษาการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ผู้วิจัยมีประเด็นในการอภิปรายผล ดังนี้

1. **ด้านจิตใจ** ผู้บริหารและครูผู้สอนในโรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร พึ่งพาตนเองได้ทางจิตใจ ดังนี้

1.1 การปฏิบัติตนเพื่อให้มีความสุขทางกายและทางใจ มีการเสริมสร้างจิตใจของตนเองให้เป็นคนดี มีคุณธรรม มีความรับผิดชอบ ซื่อสัตย์สุจริต มีจิตใจที่สำนึกในความถูกต้อง ดีงาม ทำให้ชีวิตประสบผลสำเร็จในการทำงาน ชีวิตมีความสุขและส่งผลให้ครอบครัวมีความสุข ที่เป็นเช่นนั้น อาจเป็นเพราะผู้บริหารและครูผู้สอนมีจิตใจที่มั่นคง หนักแน่น คิดในสิ่งที่ดี มีความมุ่งมั่นที่จะปฏิบัติงานในหน้าที่ของตนเองให้ประสบผลสำเร็จ ทางกรุงเทพมหานครได้นำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงในด้านการพึ่งพาตนเองเข้ามาสู่โรงเรียนประถมศึกษาในสังกัดกรุงเทพมหานคร โดยนำมากำหนดเป็นกิจกรรมที่หลากหลายและเกิดแนวทางในการปฏิบัติเพื่อให้เกิดการพึ่งพาตนเองได้ กิจกรรมที่จัดขึ้นได้แก่ โครงการโรงเรียนวิถีพุทธ ซึ่งทางโรงเรียนนั้นได้จัดกิจกรรมต่างๆ ที่สอดคล้องกับโครงการ เช่น มีการทำบุญตักบาตรที่โรงเรียน เพื่อส่งเสริมให้ผู้บริหารและครูผู้สอนมีการทำบุญตักบาตร สวดมนต์ ไหว้พระ เพื่อทำให้จิตใจสงบ มีสุขภาพจิตดีส่งผลให้สุขภาพทางกายดีในการทำงานขึ้นด้วยซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของลักขณา สรวิวัฒน์ (2545: 143-144) ได้กล่าวถึงสุขภาพจิตไว้ว่า มีความสำคัญต่อมนุษย์ทุกคน สุขภาพจิตเป็นองค์ประกอบพื้นฐานอย่างหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อการดำรงชีวิตที่ทำให้บุคคล มีความสามารถในการเผชิญปัญหาและจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตได้ อาจกล่าวได้ว่าสุขภาพจิตเป็นส่วนหนึ่งของความสมบูรณ์ทางสุขภาพของมนุษย์ที่

สามารถรับรู้ถึงความคิด อารมณ์ของตนเอง สามารถรับรู้ถึงความรู้สึกของผู้อื่นในลักษณะเอาใจเขามาใส่ใจเรา นอกจากนี้ยังได้กล่าวถึงอารมณ์ดีไว้ว่าเป็นการแสดงออกด้วยการยิ้มแย้ม แจ่มใส พุดคุย แต่เรื่องที่สนุกสนาน หรือมีประโยชน์ และคิดในสิ่งที่ดีๆ ที่ให้ความช่วยเหลือผู้อื่น

1.2 การปฏิบัติตนให้มีคุณธรรม จริยธรรม ซึ่งมนุษย์เราทุกคนเกิดมาไม่เท่าเทียมกัน มนุษย์ทุกคนเกิดมาต้องการความช่วยเหลือ ต้องการการดูแลและเอาใจใส่จากคนรอบข้าง การเป็นผู้ให้กับผู้อื่นเป็นสิ่งที่ควรปฏิบัติ การแสดงความรัก เช่น รักเด็ก รักสัตว์ เลี้ยงสัตว์ เป็นการเสริมสร้างจิตใจของเราให้มีความเมตตา กรุณาต่อผู้อื่น สอดคล้องกับสรรเสริญ วงศ์ชุ่ม (2546: 22-23) ได้กล่าวถึง การเสริมสร้างจิตใจคนให้เป็นคนดี มีคุณธรรม มีความรับผิดชอบ ซื่อสัตย์สุจริต มีสติปัญญา ความเพียร อดทนและรอบคอบ ซึ่งบุคลากรต้องดูแลตนเองให้อยู่ในความพอดี รู้จักพอ ไม่ดำเนินชีวิตที่ฟุ้งเฟ้อเกินตัว พัฒนาตนเองให้เป็นคนดี มีคุณธรรม มีความเพียร เอื้ออาทรกับคนในสังคม ในระดับชุมชน ซึ่งจะส่งผลให้มีจิตใจที่ดี มีความสุขสบาย มีสุขภาพจิตดี สุขภาพแข็งแรง ประสบผลสำเร็จในการทำงานและทำให้ตัวเองมีความสุข ชีวิตมีความสุข อีกทั้งยังส่งผลให้ครอบครัวมีความสุขด้วย ดังที่เพริศพรรณ แดนศิลป์ (2549: 99) ได้กล่าวว่าในการพัฒนาคนนั้นต้องเริ่มพัฒนาคนที่จิตใจ เพราะจิตใจเป็นรากฐานสำคัญต่อความคิดและการกระทำทั้งปวง การที่คนเราจะสามารถใช้ชีวิตอยู่อย่างพอเพียง ใช้ชีวิตอยู่บนทางสายกลางได้นั้นต้องอาศัยจิตใจของบุคคลที่ได้รับการฝึกฝนขัดเกลาจิตใจของตน ไม่ให้จิตที่เป็นอกุศลเข้าครอบงำใจของเรา โดยเฉพาะความโลภ ความต้องการของเรา ซึ่งหากเราสามารถควบคุม ข่มใจไม่ให้ความโลภมาใช้อำนาจเหนือตัวเราได้ การดำเนินชีวิตอย่างพอเพียง การดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุขก็จะมาถึงตัวเรา และสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (2549: 1) เสนอแนะว่าการสร้างจิตสำนึกให้ศีลธรรมแก่ประชาชน ต้องให้รู้จักประมาณตน ประหยัดอดออม ไม่โลภ มีคุณธรรมและจริยธรรม ซื่อสัตย์สุจริต มีความเพียรและอดทน รู้จักเสียสละและแบ่งปันอยู่เสมอ ดังนั้น การพัฒนาคน จึงเป็นการเสริมสร้างศักยภาพของคนทุกมิติ ทั้งด้านร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง มีสติปัญญาที่รอบรู้ และมีจิตใจที่สำนึกในคุณธรรม มีจริยธรรมและความเพียร เพื่อให้ประชาชนดำเนินวิถีชีวิตได้อย่างมั่นคงและยั่งยืน และจะส่งผลต่อการพัฒนาประเทศและให้เกิดความยั่งยืนตามไปด้วย

1.3 การนำหลักธรรมทางศาสนามาใช้เป็นหลักในการดำเนินชีวิตซึ่งได้แก่ ความอดทน ขันติ ความเมตตา กรุณา ซื่อสัตย์ กตัญญู การทำความดี พรหมวิหาร 4 ความ پاکเพียร ความเที่ยงธรรม ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว ทางสายกลาง (มัชฌิมาปฏิปทา) และการให้อภัย ซึ่งดูจเดือน พันธมนาวิน (2549: 5) ได้กล่าวถึงหลักธรรม คุณธรรม เป็นสิ่งที่ดีงามสมควรยึดถือปฏิบัติ คุณธรรมเป็นคุณลักษณะที่เกี่ยวข้องกับหลักศาสนา เช่น สามัคคี กตัญญู เสียสละ คุณธรรมที่เป็นหลักสำคัญในการดำรงชีวิตคือ ความซื่อสัตย์สุจริตต่อตนเองและผู้อื่นในสิ่งที่ตนเกี่ยวข้อง ซึ่งเป็นหัวใจสำคัญที่จะทำให้เกิดความถูกต้อง โปร่งใส และตรวจสอบได้ในการทำงาน และคุณธรรมอีกประการหนึ่งก็คือ ความยุติธรรมซึ่งเป็นหลักที่สำคัญของบุคลากร ดังนั้นการยึดคุณธรรมเป็นหลักในการดำรงชีวิตและการปฏิบัติตนจะเป็นหลักประกันของความสงบสุขของสังคมและสกล พรหมสิน (2546: 104) ได้กล่าวถึง การดำเนินชีวิตที่เดินทางสายกลาง มีความสงบ

ไม่แก่งแย่งโดยนำหลักธรรมทางศาสนา来帮助แก้ปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นและมีการนำหลักธรรมทางศาสนาเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวทางจิตใจในการทำงานเพื่อเป็นพลังและชี้แนะแนวทางในการทำงานให้สามารถมีสติ สมานิ ใช้หลักเหตุและผล เพื่อให้เข้าใจปัญหาที่เผชิญในปัจจุบัน

2. ด้านสังคม ผู้บริหารและครูผู้สอนในโรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร พึ่งพาตนเองได้ทางสังคม ดังนี้

2.1 การปฏิบัติตนที่ทำให้ตัวเองและครอบครัวมีความสุข โดยการใช้ชีวิตอย่างมีความสุขในครอบครัว มีการทำกิจกรรมร่วมกันในครอบครัว ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่าโรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร ได้ให้ความสำคัญต่อครอบครัว เพราะในยุคนี้นี้สังคมไทยได้มีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว มีปัญหาต่างๆ เกิดขึ้นไม่ว่าจะเป็นปัญหาการหย่าร้าง ความแตกแยกในครอบครัว ปัญหาการว่างงาน ซึ่งปัญหาต่างๆ นี้มีผลกระทบอย่างรุนแรงกับเด็ก ทำให้เกิดปัญหาอย่างอื่นตามมา ทางโรงเรียนได้เห็นความสำคัญในการสร้างครอบครัวที่อบอุ่น ซึ่งสกล พรหมสิน (2546: 101-104) กล่าวถึงครอบครัวว่าจะต้องสนใจรับฟังปัญหาสมาชิกในครอบครัว มีความห่วงใยเอาใจใส่ ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน สมาชิกในครอบครัวจะต้องทำกิจกรรมร่วมกันเพื่อให้เกิดความสามัคคี มีความเข้าใจถึงความต้องการของสมาชิกคนอื่น ๆ รวมถึงต้องมีความเคารพในสิทธิ เสรีภาพและให้เกียรติซึ่งกันและกัน มีการวางแผนการใช้จ่ายประจำเดือนของครอบครัวเสมอ เพื่อเป็นการส่งเสริมให้มีรายได้พอเพียงในการดำเนินชีวิต หัวหน้าครอบครัวควรมีเวลาเอาใจใส่สมาชิกในครอบครัวหมั่นตรวจสอบและซักถามปัญหาต่าง ๆ เพื่อที่เมื่อเกิดปัญหาขึ้นในครอบครัวแล้วจะได้หาทางแก้ไขได้ทันเหตุการณ์ และควรนำหลักศาสนา来帮助คิดแก้ปัญหาต่าง ๆ เพราะศาสนามีหลักการดำเนินชีวิตที่เป็นทางสายกลาง ทำให้ครอบครัวมีความสุข

2.2 การให้ความช่วยเหลือกับผู้อื่น ช่วยเหลือในเรื่องที่เขาต้องการ ช่วยทุกอย่างไม่ว่าจะเป็นเรื่องเงิน การพูดคุยหรือให้คำแนะนำ โดยดูเหตุและผลในการช่วยเหลือ ถ้าช่วยได้ก็จะช่วยเหลือที่ช่วยเหลือได้ โดยที่เราไม่เดือดร้อน ตลอดจนให้คำแนะนำและเสนอแนวทางในการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น ซึ่งพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวมีพระราชดำรัสพระราชทานเมื่อวันที่ 31 ธันวาคม พ.ศ. 2545 ดังนี้ “คุณธรรมข้อหนึ่งที่ยังมีอยู่อย่างบริบูรณ์ในจิตใจของคนไทยก็คือ การให้ การให้ไม่ว่าจะให้สิ่งใดแก่ผู้ใด โดยสถานใดก็ตาม เป็นสิ่งที่พึงประสงค์อย่างยิ่ง เพราะเป็นเครื่องประสานไมตรีอย่างสำคัญระหว่างบุคคลกับบุคคล และให้สังคมมีความมั่นคงเป็นปึกแผ่นด้วยสามัคคีธรรม ” สอดคล้องกับพระอุดมศักดิ์ ปิยวณฺโณ (2548: 128) กล่าวถึงการให้ความช่วยเหลือกับเพื่อนว่า จะต้องให้ความช่วยเหลือกับเพื่อน มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อเพื่อนฝูง การเป็นเพื่อนกันต้องเอื้อเฟื้อต่อกัน ปฏิบัติตอบแทนกันจึงจะรักษาสัมพันธภาพที่ดีกันไว้ได้ ดังที่ชาวชนบทได้ประพาดพิงต่อการแบ่งปันอาหาร ข้าวแกงกัน ไปล่าสัตว์มาได้เอามาแกงแล้วแบ่งกันกิน ใครเคยให้เราเราก็ให้เขาตอบแทน แต่ก็ไม่ใช่แจกเพื่อนบ้านหมด จนตัวไม่มี การปันสิ่งของแก่เพื่อนเป็นการแสดงน้ำใจและธรรมเนียมไทยเรามาแต่โบราณ หมายถึง ความมีใจกว้าง มีน้ำใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ไม่เอาเปรียบ ไม่คอยแต่จะเอาของ

ผู้อื่นฝ่ายเดียว เป็นการเห็นแก่ตัวและเอาเปรียบผู้อื่น และปริยานุช พิบูลสรารุช (2550: 3) กล่าวถึงสังคมว่าต้องมีการแบ่งปันเกิดขึ้นในสังคม มีการเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่กัน ในสังคมมีการช่วยเหลือเกื้อกูลกัน สังคมมีความเข้มแข็ง เกิดความรัก ความสามัคคี ทำให้คนในสังคมพร้อมรับการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ที่เกิดขึ้น

2.3 การให้ความร่วมมือกับชุมชน การทำกิจกรรมใด ๆ ในชุมชนก็ต้องได้รับความร่วมมือร่วมใจกันในการทำงานเพื่อให้งานที่ทำนั้นสำเร็จตามเป้าหมายที่วางไว้ ซึ่งพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวมีพระราชดำรัสพระราชทานเมื่อวันที่ 31 มีนาคม พ.ศ. 2538 ดังนี้ “สังคมใดก็ตาม ถ้ามีความเอื้อเฟื้อเกื้อกูลกัน ด้วยความมุ่งดี มุ่งเจริญต่อกัน สังคมนั้นย่อมเต็มไปด้วยไมตรีจิต มิตรภาพ มีความร่มเย็นเป็นสุข น่าอยู่” และวีรวิทย์ มาพะศิรินันท์ (2541: 73) ได้กล่าวว่า การเรียนรู้ร่วมกัน เน้นการทำงานและร่วมเรียนรู้กันเป็นทีม ซึ่งทุกคนในทีมงานจะต้องมีความเข้าใจในหน้าที่ความรับผิดชอบของตนเอง และเมื่อมาปฏิบัติงานร่วมกัน ก็จะแลกเปลี่ยนประสบการณ์แก่กัน ไม่ว่าจะเป็นความสำเร็จและความรับผิดชอบ รวมถึงแนวทางการแก้ปัญหาซึ่งจะช่วยให้ความเสี่ยงต่อการล้มเหลวในอนาคตน้อยลง เช่น การให้ความร่วมมือกับชุมชนในการดำเนินกิจกรรมร่วมกันกับชุมชน เช่น การร่วมงานกับชุมชนโดยร่วมกิจกรรมของวัดในวันสำคัญต่างๆ ที่เป็นเช่นนี้ก็อาจเป็นเพราะโรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานครส่วนใหญ่แล้วมีพื้นที่อยู่ติดกับวัด ซึ่งวัดกับโรงเรียนก็ได้มีการทำกิจกรรมร่วมกัน โดยส่งเสริมให้ชุมชนเข้ามามีส่วนร่วม ได้แก่ งานทอดผ้าป่าการศึกษา งานประจำปีของโรงเรียน และวันสำคัญทางศาสนาต่างๆ ซึ่งก่อให้เกิดความรักความสามัคคี ความช่วยเหลือและความมีน้ำใจซึ่งกันและกัน สอดคล้องกับงานวิจัยของ

พระมหามิตร จิตปัญโญ (2547: 94) พบว่า ชุมชนจะแข็งแกร่งและมีชีวิตก็ต่อเมื่อสมาชิกเข้าร่วมในกิจกรรม พบปะสังสรรค์ พูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดและประสบการณ์เป็นประจำสม่ำเสมอ เศรษฐกิจพอเพียงมุ่งให้เกิดสังคมที่มีความสงบสุข ประชาชนมีความเมตตา เอื้ออาทร ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน มุ่งให้เกิดความสามัคคีร่วมมือกัน เพื่อให้ทุกคนอยู่ร่วมกันได้โดยปราศจากการเบียดเบียนกัน การเอาใจเอาเปรียบกัน การมุ่งทำร้ายกัน

3. ด้านทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ผู้บริหารและครูผู้สอนในโรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร พึ่งพาตนเองได้ทางทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ดังนี้

3.1 การปฏิบัติตนในการใช้ทรัพยากร โดยมีการใช้ทรัพยากรอย่างประหยัด และคุ้มค่า มีการปลูกฝังนิสัยให้กับเด็ก ใช้สิ่งของที่มีอยู่ตามธรรมชาติและหาสิ่งอื่นมาทดแทน เพื่อไม่ให้สูญสิ้นไป ตลอดจนส่งเสริมให้ครูสร้างจิตสำนึกให้กับเด็กในการใช้ทรัพยากรตามความเหมาะสม ซึ่งสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (2549: 20) เสนอไว้ว่า การอนุรักษ์และใช้ประโยชน์จากทรัพยากรธรรมชาติ มีการสร้างสภาพแวดล้อมที่ดี ให้เป็นฐานการดำรงวิถีชีวิตของประชาชนและชุมชน โดยการสร้างจิตสำนึกของประชาชนและชุมชนให้มีการใช้ทรัพยากรอย่าง

รู้ค่าและใช้ทรัพยากรอย่างมีประสิทธิภาพ ปรับพฤติกรรมของคนให้มุ่งสู่ “ความพอเพียง” มากขึ้น รวมทั้งมีการจัดการมลพิษอย่างมีประสิทธิภาพและจัดการมลพิษที่ส่งผลต่อสิ่งแวดล้อมและคุณภาพชีวิตที่ดีของประชาชน และนางค์ ดงเศรษฐกุล (2549: 53) กล่าวถึงการใช้ทรัพยากรว่า มีการวางแผนอย่างเป็นระบบ โดยนำมาใช้ในปริมาณที่เหมาะสม และมีการเปลี่ยนไปใช้ทรัพยากรประเภทอื่นที่ทดแทนกันได้ เพื่อให้ทรัพยากรเพิ่มพูนขึ้นมาใหม่ และสามารถนำมาใช้ประโยชน์ได้อีก

3.2 การรักษาทรัพยากรธรรมชาติ โดยการสร้างจิตสำนึกในการใช้ทรัพยากรให้เกิดประโยชน์สูงสุด ซึ่งสมพร เทพสิทธา (2549: 22) ได้กล่าวว่า มีการส่งเสริมให้มีการนำเอาศักยภาพของผู้คนสามารถแสวงหาทรัพยากรธรรมชาติหรือวัตถุดิบท้องถิ่นที่มีอยู่ให้เกิดประโยชน์สูงสุด ซึ่งส่งผลให้เกิดการพัฒนาประเทศไทยอย่างดียิ่ง ส่วนรัชชก ทุมชาติ (2551: 33) กล่าวว่า ความสำคัญของการมีความตระหนักต่อการส่งเสริมและรักษาคุณภาพสิ่งแวดล้อมการส่งเสริมและรักษาสิ่งแวดล้อมให้มีคุณภาพดำรงอยู่นั้น นอกจากกระบวนการให้ความรู้ความเข้าใจแล้วนั้น การปลูกฝังหรือพัฒนาความรู้สึกซาบซึ้งต่อสิ่งแวดล้อมในทางที่ถูกต้อง นับว่าเป็นสิ่งจำเป็นอีกประการหนึ่งเช่นกัน เมื่อบุคคลมีพฤติกรรมส่งเสริมและรักษาคุณภาพสิ่งแวดล้อมแล้ว การทำลายทรัพยากรก็จะน้อยลง ในทางตรงกันข้ามจะเกิดการอนุรักษ์ทรัพยากรที่มีอยู่ให้คงที่ และเป็นประโยชน์ต่อคนรุ่นหลังต่อไป เช่น การปลูกและดูแลรักษาต้นไม้ตามสถานที่ต่างๆ หรือสวนสาธารณะ นอกจากจะก่อให้เกิดความร่มรื่นแล้วยังช่วยสร้างสถานที่พักผ่อนสำหรับบุคคลโดยทั่วไปด้วย

4. ด้านเศรษฐกิจ ผู้บริหารและครูผู้สอนในโรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร พึ่งพาตนเองได้ทางเศรษฐกิจ ดังนี้

4.1 การนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต โดยการปฏิบัติตนในการลดรายจ่าย รู้จักวางแผนในการใช้จ่ายเงิน โดยมีการใช้จ่ายอย่างประหยัด ตามความจำเป็น ไม่ใช่ของฟุ่มเฟือย พอใจในสิ่งที่ตนเองมีและมีการวางแผนเก็บเงินเพื่อการออม ซึ่งพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวมีพระราชดำรัสพระราชทานเมื่อวันที่ 31 ธันวาคม พ.ศ. 2502 เกี่ยวกับการใช้จ่ายว่า “การใช้จ่ายอย่างประหยัดนั้นจะเป็นหลักประกันความสมบูรณ์พูนสุข ของผู้ประหยัดเองและครอบครัว ช่วยป้องกันความขาดแคลนในวันข้างหน้า การประหยัดดังกล่าวนี้ จะมีผลดีไม่เฉพาะแก่ผู้ที่ประหยัดเท่านั้น ยังเป็นประโยชน์แก่ประเทศชาติด้วย” และสมพร เทพสิทธา (2549: 25) ได้กล่าวว่า คนที่มีเงินออมจะต้องเป็นคนประหยัด ใช้จ่ายน้อยกว่ารายได้ ใช้อย่างประหยัดตามความจำเป็นไม่ฟุ่มเฟือย ดำเนินชีวิตแบบพอเพียง พอกิน เพื่อให้สามารถพึ่งพาตนเองได้ และมีการปลูกฝังให้เด็กได้นำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน รู้จักกิน รู้จักใช้จ่ายเงิน ตลอดจนมีการนำไปสู่การปฏิบัติกับผู้ปกครองเพื่อเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับเด็ก ส่วนเสรี พงศ์พิศ (2549: 119-120) กล่าวว่า ชีวิตนั้นต้องพึ่งเงินให้น้อยที่สุดเพราะเป็นสิ่งหายาก โดยเริ่มจากการทำบัญชีรายรับรายจ่ายของครัวเรือน ซึ่งจะช่วยให้รู้ว่าอะไรเป็นรายจ่ายที่ฟุ่มเฟือย อะไรเป็นสิ่งที่เกินความพอดี อะไรเป็น

สิ่งที่เกินความต้องการ อะไรเป็นสิ่งที่สามารถลดลงได้ และอะไรเป็นสิ่งที่สามารถผลิตเองได้ ซึ่งก็คือ การพึ่งตนเองได้ โดยค่อย ๆ พิจารณาทำทีละอย่าง ลดรายจ่ายลง ลดการพึ่งพิงจากภายนอก เช่น ปลุกผักสวนครัวไว้กินในบ้าน เลี้ยงเป็ด เลี้ยงไก่ไว้กินไข่ ทำน้ำยาซักผ้า น้ำยาล้างจาน แชมพู สบู่เหลวไว้ใช้เอง ใช้ปุ๋ยชีวภาพที่ทำจากวัสดุเหลือใช้ในบ้านแทนการซื้อปุ๋ยวิทยาศาสตร์ เป็นต้น กำหนดแผนชีวิตด้วยตนเอง ซึ่งหลักการและแนวทางดังกล่าวใช้ได้กับบุคคลทุกกลุ่มอาชีพ ส่วน และพระมหามิตร จิตปณฺโญ (2547: 94) กล่าวว่า การดำรงชีวิตอย่างพอเหมาะ พอดี เมื่อมีทรัพย์แล้ว ควรนำทรัพย์นั้นมาใช้จ่ายเลี้ยงชีพให้พอเหมาะ พอดี แก่ฐานะไม่ให้ผิ่เดือดร้อนจนเกินไป รู้จักใช้จ่ายให้พอเหมาะ กับฐานะและความเป็นอยู่ของตนเอง ทำให้ได้รับความสุขตามสมควรแก่ฐานะ และ ไม่มีความเดือดร้อนในภายหลัง ส่วนเพ็ญศรี เปลี่ยนขำ (2550: 28) กล่าวถึง การสร้างพื้นฐานทางเศรษฐกิจของตนเองให้ดี คือ ตั้งตัวให้มีความพอกินพอใช้ ไม่ใช่มุ่งหวังแต่จะสร้างความเจริญ ยกเศรษฐกิจให้รวดเร็วแต่เพียงอย่างเดียว เพราะผู้ที่มีอาชีพและฐานะเพียงพอที่จะพึ่งตนเอง ย่อมสามารถสร้างความเจริญก้าวหน้า และฐานะเศรษฐกิจขั้นที่สูงขึ้นไปตามลำดับต่อไปได้

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัย มีประเด็นที่ผู้วิจัยขอเสนอแนะดังนี้

1. ข้อเสนอแนะเพื่อนำผลการวิจัยไปใช้

1.1 โรงเรียนควรน้อมนำเอาหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง มาเป็นหลักในการดำเนินชีวิตของบุคลากรในโรงเรียนอย่างจริงจัง โดยโรงเรียนควรเปิดโอกาสให้บุคลากรได้เข้ารับการอบรมสัมมนา ศึกษาดูงานกิจกรรมต่าง ๆ เกี่ยวกับปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง เพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงอย่างถูกต้อง

1.2 โรงเรียนต้องให้ความสำคัญในการทำกิจกรรมร่วมกัน ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน การร่วมแรงร่วมใจกันในการทำงานทั้งรายบุคคลและเป็นกลุ่ม และวางแผนในการทำงานร่วมกัน เพื่อให้มีการสร้างปฏิสัมพันธ์ร่วมกันในการทำงาน ฝึกการเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี ยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น สร้างความสามัคคีร่วมแรงร่วมใจกันในการทำงาน ซึ่งจะทำให้การทำงานสำเร็จตามเป้าหมายที่วางไว้

1.3 กรุงเทพมหานครควรมีนโยบายในเรื่องการใช้ทรัพยากรอย่างประหยัด การลดภาวะโลกร้อน ต้องมีการดำเนินการอย่างจริงจังและต่อเนื่อง โรงเรียนก็ควรรณรงค์ให้บุคลากรร่วมมือกันปฏิบัติตามนโยบาย ซึ่งขณะนี้ทั่วประเทศได้ให้ความสำคัญกับการใช้ทรัพยากร การเพิ่มพื้นที่สีเขียว การอนุรักษ์ธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมเป็นอย่างมาก ทุกคนจึงมีหน้าที่ที่ต้องช่วยกันดูแลรักษาทรัพยากรไม่ให้สูญสิ้นไป และยังคงเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับเด็กด้วย

2. ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรมีการศึกษารูปแบบการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของบุคลากรโรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัด กรุงเทพมหานคร

2.2 ควรมีการศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของบุคลากรโรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัด กรุงเทพมหานคร

2.3 ควรมีการศึกษาการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงโดยใช้การศึกษารายกรณีหรือการสังเกตพฤติกรรมในการปฏิบัติงานของบุคลากร

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กรมการปกครอง. (2542). *พออยู่ พอกิน*. กรุงเทพฯ: สำนักงานเลขาธิการกรมฯ.
- กรมพัฒนาชุมชน. (2547). *ระบบและวิธีการทำงานพัฒนาชุมชน*. กรุงเทพฯ: แอล ที เฟลส.
- การบินไทย จำกัด (มหาชน). (2542). *กินรี. วารสารรายเดือนประจำเดือนมกราคม*. 17.
- กิ่งแก้ว วานิชกุล. (2549). *การศึกษาการมีส่วนร่วมในการส่งเสริมให้มีการระดมทรัพยากร เพื่อการศึกษาของคณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน โรงเรียนราชบพิธ เขตพระนคร กรุงเทพมหานคร. สารนิพนธ์ กศ.ม. (การบริหารการศึกษา)*. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์. (2541). *ข้าฯ คือบัณฑิต: หลอมแนวคิดคนรุ่นใหม่สู่สภาวะปัญญาชนแห่งยุค*. กรุงเทพฯ: ชัคเชสมีเดีย.
- คณะทำงานเศรษฐกิจพอเพียง. (2550). *เศรษฐกิจพอเพียง*. สืบค้นเมื่อวันที่ 27 กันยายน 2550, จาก <http://www.202.143.157.130/yingo/safeeconomic1.html> - 17k
- คณะอนุกรรมการขับเคลื่อนเศรษฐกิจพอเพียง. (2547). *นานาคำถามเกี่ยวกับปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง*. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ.
- คุรุธรรม (นามแฝง). (2542, สิงหาคม). *เศรษฐกิจพอเพียงความจำเป็นของสังคมไทย*. *วิทยาจารย์*. 98 (5): 43-45.
- คนชายคลอง. (2549). *รู้จักพอเพียง รู้จักความสุข*. กรุงเทพฯ: ภูเก็ตมอร์นิ่ง.
- คนทำงานแลกเปลี่ยนเรียนรู้. (2551). *การเปลี่ยนแปลงทางจิตใจและอารมณ์*. สืบค้นเมื่อวันที่ 14 มกราคม 2551, จาก <http://gotoknow.org/blog/food/32434>
- ฉัตรทิพย์ นาถสุภา. (2540). *เศรษฐกิจหมู่บ้านไทยในอดีต*. กรุงเทพฯ: สร้างสรรค์ จำกัด.
- เฉลิมศรี ชุมเกษียณ. (2550). *การดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงกับภาวะการเป็นหนี้สินของข้าราชการทหาร สังกัดกองทัพอากาศ ในเขตพื้นที่กรุงเทพมหานคร*. *วิทยานิพนธ์ ร.ม. (การจัดการทรัพยากรเพื่อความมั่นคง)*. ชลบุรี: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา. ถ่ายเอกสาร.
- ชาวลิส ขวัญเมือง. (2542, ธันวาคม). *เศรษฐกิจพอเพียงตามแนวพระราชดำริ ราชวัลชนะเลิศระดับชาติ*. *อุดมศึกษา*. 25 (258): 4-11.
- ณรงค์ศักดิ์ คุนุปถัมภ์. (2551). *เศรษฐกิจพอเพียง: การขับเคลื่อนเศรษฐกิจพอเพียง*. สืบค้นเมื่อวันที่ 18 มกราคม 2551, จาก http://www.sufficiencyeconomy.org/webboard_show.php
- ชนภัทร์ สุทธิ. (2550). *การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ เทศบาลตำบลด่านซ้าย อำเภอด่านซ้าย จังหวัดเลย*. *ปริญญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ)*. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

- ดวงเดือน พันธุมนาวิน. (2549, กุมภาพันธ์). ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงกับการวิจัยเพื่อความเป็นเลิศ. วารสารพัฒนบริหารศาสตร์. 46(1): 3-5.
- ดำรงค์ เบญจศิริ. (2544). การดำเนินชีวิตและความสัมพันธ์ทางสังคมของผู้สูงอายุในสังคม. วิทยานิพนธ์ (วิชาการศึกษานอกระบบ). เชียงใหม่: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. สืบค้นเมื่อ 15 พฤษภาคม 2551, จาก ฐานข้อมูลปริญญานิพนธ์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ทิตนา แคมมณี. (2542). เอกสารประกอบการสัมมนาโครงการปราชญ์เพื่อแผ่นดิน เรื่อง ปรัชญาการพัฒนา: ทฤษฎีใหม่ตามแนวพระราชดำริ มิติด้านการศึกษาและพัฒนาคน. กรุงเทพฯ: (ม.ป.พ.). (เอกสารอัดสำเนา).
- นงาญ คงเศรษฐกุล. (2549). แนวคิดการพัฒนาย่างยั่งยืน รากฐานความเป็นมาและการนำมาใช้ ในสังคมไทย. วารสารวิชาการราชภัฏกรุงเทพฯ. 13(12): 49-56.
- นิคม มุสิกคามะ. (2542). ทฤษฎีใหม่ในหลวง: ชีวิตที่พอเพียง. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ร่วมด้วยช่วยกัน.
- นิศารัตน์ ศิลปเดช. (2540). ประชากรกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต. เอกสารประกอบการสอน รายวิชา 2530201. กรุงเทพฯ: ภาควิชาสังคมวิทยา คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ สถาบันราชภัฏธนบุรี.
- เบญจวรรณ ธีญญูตร. (2549). คุณภาพชีวิตการทำงานของข้าราชการครู โรงเรียนวัดศรีสุदारามสังกัดสำนักงานเขตบางกอกน้อย กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ คม. (การบริหารการศึกษา). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี. สืบค้นเมื่อ 28 ตุลาคม 2551, จาก ฐานข้อมูลปริญญานิพนธ์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
- ปภาณี อารีวงศ์. (2550). การพึ่งตนเองของแรงงานในชุมชนบางขุน จังหวัดนนทบุรี. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (พัฒนาแรงงานและสวัสดิการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. สืบค้นเมื่อ 10 พฤษภาคม 2551, จากฐานข้อมูลปริญญานิพนธ์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
- ประทุมพร ทองอิฐ. (2551). การศึกษาคุณภาพชีวิตการทำงานของบุคลากรสำนักงานอธิการบดีมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี. สารนิพนธ์ กศ.ม. (การบริหารการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ประสงค์ สมสกุลชัย. (2549). คุณภาพชีวิตการทำงานของข้าราชการครูในโรงเรียนประถมศึกษาสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาอุบลราชธานี เขต 1. วิทยานิพนธ์ คม. (การบริหารการศึกษา). อุบลราชธานี: บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี. สืบค้นเมื่อ 28 มิถุนายน 2551, จาก ฐานข้อมูลปริญญานิพนธ์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ประเวศ ะสี. (2541). ประชาสังคม: ทรรศนะนักคิดในสังคมไทย. กรุงเทพฯ: มติชน.
- _____. (2542). เศรษฐกิจพอเพียงและประชาสังคมแนวทางฟื้นฟูเศรษฐกิจและสังคม. กรุงเทพฯ: หมอชาวบ้าน.

- ปริญญช พินุลสรารุช. (2550). การขับเคลื่อนเศรษฐกิจพอเพียงสู่สถานศึกษา. วารสารวิชาการ. 10(4): 2-4.
- ผอ.ขนาดเล็ก. (2551). ความสามารถในการใช้เทคโนโลยีของครู. สืบค้นเมื่อวันที่ 22 เมษายน 2551, จาก <http://www.pairot.blogspot.com/2008/01/blog-post.html> - 46k
- พระมหามิตร จิตปัญญา. (2547). ความรู้จักพอประมาณในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับหลักเศรษฐกิจพอเพียงในพระราชดำริ. ปริญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต (พระพุทธศาสนา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- พระมหาสิทธิพงศ์ สิทธิเมธี. (2544). การประเมินผลทางเศรษฐกิจและสังคมในการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงของเกษตรกร ตำบลเขาดินพัฒนา อำเภอเฉลิมพระเกียรติ จังหวัดสระบุรี. วิทยานิพนธ์ ศ.ม. (เศรษฐศาสตร์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกริก. ถ่ายเอกสาร.
- พิมพิมล แก้วมณี. (2549). รายงานการประชุมวิชาการ ศวพก. ปี 2549. เชียงใหม่: โครงการวิจัยและพัฒนาระบบการผลิตเกษตรและวิสาหกิจชุมชนตามวิถีเศรษฐกิจพอเพียง.
- พิมพ์พิศา ศรีสมบุรณ์. (2541). บทบาทของครูที่มีต่อการจัดการสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนมัธยมศึกษา จังหวัดเชียงใหม่. การค้นคว้าอิสระ (การจัดการมนุษย์กับสิ่งแวดล้อม). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. สืบค้นเมื่อ 30 มิถุนายน 2551, จาก ฐานข้อมูลปริญญานิพนธ์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
- พิเชียร ลิ้มปี่หวงอยู่. (2530). การพึ่งตนเองของประชาชนในโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริศึกษาเฉพาะกรณีโรงงานหลวงอาหารสำเร็จรูป อำเภอละหานทราย จังหวัดบุรีรัมย์. วิทยานิพนธ์ (เศรษฐศาสตร์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- เพ็ญศรี เปลี่ยนขำ. (2550, กรกฎาคม-ธันวาคม). วิธีการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง. วารสารวิชาการ ราชภัฏตะวันตก. 2(1): 27-30.
- เพริศพรรณ แดนศิลป์. (2549, มีนาคม). มองจิตวิทยาผ่านพระราชดำริเศรษฐกิจพอเพียง. วารสารเศรษฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา. 1: 99-100.
- พงษ์พิช รุ่งเป้า. (2545). การศึกษากระบวนการบริหารของผู้บริหารโรงเรียนประถมศึกษาและขวัญกำลังใจของข้าราชการครู สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดนครราชสีมา. วิทยานิพนธ์ คม. (การบริหารการศึกษา). นครราชสีมา: สถาบันราชภัฏนครราชสีมา. สืบค้นเมื่อ 26 มิถุนายน 2551, จากฐานข้อมูลปริญญานิพนธ์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
- พวงผกา ชื่นเนตร. (2538). ความสัมพันธ์ระหว่าง สัมพันธภาพในครอบครัว พฤติกรรมการดูแลตนเองและความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (อนามัยครอบครัว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ถ่ายเอกสาร.

- ไพบูลย์ วัฒนศิริธรรม. บันทึกกิจกรรมและความคิดเกี่ยวกับการส่งเสริมคุณธรรม การสร้างเสริมสุขภาพ การพัฒนาชุมชน และการพัฒนาสังคม. สืบค้นเมื่อวันที่ 10 มิถุนายน 2551, จาก www.gotoknow.org.
- มนูญ มุกข์ประดิษฐ์. (ธันวาคม, 2541). แต่ผู้เป็นมหาชนก. มติชนบทเทคโนโลยีชาวบ้าน. 11(204): 5-7.
- ยุพเยาว์ โตศิริ. (2541). ทรัพยากรธรรมชาติ ความหลากหลายทางชีวภาพกับการอนุรักษ์ในประเทศไทย. สุรินทร์: สำนักวิทยบริการ สถาบันราชภัฏสุรินทร์.
- รสาพร หม้อศรีใจ. (2544). การพึ่งตนเองของผู้สูงอายุในชุมชนชนบท. ปรินิพนธ์ (การศึกษา นอกระบบ). เชียงใหม่: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. สืบค้นเมื่อ 13 มีนาคม 2551, จาก ฐานข้อมูลปรินิพนธ์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- รังสรรค์ ประเสริฐศรี. (2548). พฤติกรรมองค์การ (Organization Behavior). กรุงเทพฯ: ศูนย์หนังสือ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- รัชณี ฝนทองมงคล. (2538). การดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุภายหลังเกษียณอายุราชการ: ศึกษาจากข้าราชการบำนาญ สังกัดกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. สืบค้นเมื่อ 12 พฤษภาคม 2551, จาก ฐานข้อมูลปรินิพนธ์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- รัชนก ทุมชาติ. (2551). การศึกษาความตระหนักถึงผลกระทบของวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีที่มีต่อปัญหาสิ่งแวดล้อมของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในจังหวัด สมุทรสาคร โดยใช้จำแนกจำลองความสัมพันธ์โครงสร้างเชิงเส้น: การวิเคราะห์กลุ่มพหุปัญญา. ปรินิพนธ์ กศ.ม. (การวัดผลการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- รุ่งนภา สันติศิรินันต์. (2551). การศึกษาคุณภาพชีวิตการทำงานของครูโรงเรียนในเครือพระแม่มาลี. สารนิพนธ์ กศ.ม. (การบริหารการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- รงค์ ประพันธ์พงษ์. (2550). เศรษฐกิจพอเพียงและทฤษฎีใหม่. กรุงเทพฯ: สถาพรบุ๊คส์.
- เรืองยศ จักรบุตร. (2536). การพึ่งพาตนเองทางเศรษฐกิจของผู้สูงอายุในชนบท กรณีศึกษากันมม หมู่ 1 ตำบลพระพุทธ อำเภोजักราช จังหวัดนครราชสีมา. วิทยานิพนธ์. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. สืบค้นเมื่อ 1 เมษายน 2551, จาก ฐานข้อมูลปรินิพนธ์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ลักขณา สิริวัฒน์. (2545, กันยายน-ธันวาคม). ความสำคัญของสุขภาพจิต. วารสารมหาวิทยาลัยมหาสารคาม. 21(2): 139-143.
- วรรณ นราเลิศสุขมพงศ์. (2550, มิถุนายน-กันยายน). เศรษฐกิจพอเพียง: หลักการกับความเข้าใจของวิสาหกิจชุมชนเกษตร. วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น. 24(1):47-50.

- วิทยา นนทันทนา. (2550). หลักการพึ่งตนเอง. สืบค้นเมื่อวันที่ 15 มกราคม 2551, จาก <http://www.cid030269261e558baf.spaces.live.com/Blog/cns>
- วิบูลย์ เข้มเจริญ. (2532). ผู้สังคมวงเกษตรมีกินตลอดชีวิต. กรุงเทพฯ: เจริญวิทย์การพิมพ์.
- วีณา มิตระยอดวงศ์. (2551). การพึ่งตนเองหลักเศรษฐกิจพอเพียง. สืบค้นเมื่อวันที่ 15 เมษายน 2551, จาก <http://www.thaigoodview.com>. All rights reserved.
- วรรณ อนุชนกร. (2544). ในหลวงผู้ทรงพระอัจฉริยภาพ. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- ศิริพร ศีตีสาร. (2551). การศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับการดำรงชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของครูโรงเรียนเอกชน สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษานครราชสีมา เขต 1. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (การบริหารการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ศศิพร ปาณิกบุตร. (2544). ปัจจัยทางสังคมและเศรษฐกิจที่มีความสัมพันธ์กับการดำเนินชีวิตของเกษตรกรในรูปแบบเศรษฐกิจพอเพียงตามแนวพระราชดำริทฤษฎีใหม่. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (สังคมวิทยาประยุกต์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.
- ศักดิ์สิน ช้องดารากุล. (2550, ตุลาคม- ธันวาคม). ปัจจัยที่ทำให้ส่งผลต่อการนำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงสู่การปฏิบัติ. วารสารวิชาการ. 10(5): 51-52.
- ศูนย์สารสนเทศ สำนักประชาสัมพันธ์เขต 3 จังหวัดเชียงใหม่. (2550). เศรษฐกิจแบบพอเพียง. สืบค้นเมื่อวันที่ 27 ธันวาคม 2550, จาก http://wwwwww.prdnorth.in.th/The_King/justeconomic.php - 23k
- สกล พรหมสิน. (2546). ความสัมพันธ์ระหว่างการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงกับคุณภาพชีวิตของประชาชน ตำบลหงส์เจริญ อำเภอนาทม จังหวัดชุมพร. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (พัฒนาสังคม). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.
- สงวน สุทธิเลิศอรุณ. (2545). พฤติกรรมมนุษย์กับการพัฒนาตน. กรุงเทพฯ: ทิพย์วิสุทธิ.
- สัญญา สัญญาวิวัฒน์. (2531, เมษายน). การพึ่งตนเองทางเศรษฐกิจของสังคมไทย: ปัจจัยทางสังคมและวัฒนธรรม. สังคมศาสตร์. 25(1): 72-91.
- _____. (2544). การพึ่งตนเองทางเศรษฐกิจในชนบท. กรุงเทพฯ: สภาวิจัยแห่งชาติ.
- สรรเสริญ วงศ์ช่อม. (2546). การพัฒนาประเทศ. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สิทธิเดช นิลสัมฤทธิ์; และมนตรี เกิดมีมูล. (2538). การดำเนินชีวิตในระบบเศรษฐกิจพอเพียงของประชาชนในเขตพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบล. รายงานการวิจัย. กรุงเทพฯ: สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.
- สุชาติ เกตยา. (2542). การพึ่งตนเองทางเศรษฐกิจของชุมชน: ศึกษาเฉพาะกรณีชุมชนในเขตอำเภอโพทะเล จังหวัดพิจิตร. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (รัฐศาสตร์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยรามคำแหง. ถ่ายเอกสาร.

- สุนัย เศรษฐบุญสร้าง. (2549). *แนวทางปฏิบัติ 7 ขั้นสู่วิถีเศรษฐกิจพอเพียง*. กรุงเทพฯ: ออกแบบสบายใจ.
- สุภาณี ฝนทองมงคล. (2546). *การศึกษาด้านจิตวิทยาที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตการทำงานของข้าราชการ ครู สังกัดกรุงเทพมหานคร ในสำนักงานเขตราชวัตรบวรณะ*. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (การบริหารการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย สถาบันราชภัฏธนบุรี. ถ่ายเอกสาร.
- สุรเกียรติ์ เสถียรไทย. (2542). *ทฤษฎีใหม่ในหลวง: ชีวิตที่พอเพียง*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ร่วมด้วยช่วยกัน.
- สุรพันธ์ ยนต์ทอง. (2533). *รายงานการวิจัยเรื่องแนวโน้มของวิทยาลัยครูในประเทศไทย*. กรุงเทพฯ: ภาคพัฒนาตำราและเอกสารวิชาการ กรมการฝึกหัดครู.
- สุเมธ ตันติเวชกุล. (2543, มีนาคม-เมษายน). *การดำเนินชีวิตในระบบเศรษฐกิจพอเพียงตามแนวพระราชดำริ*. *ข้าราชการครู*. 45(2): 2-3.
- _____. (2550). *ขับเคลื่อนเศรษฐกิจพอเพียง*. สืบค้นเมื่อวันที่ 19 เมษายน 2551, จาก <http://www.sufficiencyeconomy.org/network.php?ntype=14>
- _____. (2549). *เศรษฐกิจพอเพียง*. สืบค้นเมื่อวันที่ 25 เมษายน 2550, จาก <http://www.bcsurin.ac.th/e-teacher/link.php?id=50&goto=data>
- สุวัฒน์ ช่างเหล็ก. (2549). *การพัฒนาประเทศตามแนวทฤษฎีใหม่และเศรษฐกิจพอเพียง*. *วารสารวิชาการ สี่มาจารย์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา*. 20(4): 19-20.
- สมใจ ลักษณะ. (2549). *การพัฒนาประสิทธิภาพในการทำงาน*. กรุงเทพฯ: เพิ่มทรัพย์การพิมพ์.
- สมพร เทพสิทธา. (2549). *การเดินทางรอยพระยุคลบาท เศรษฐกิจพอเพียง ช่วยแก้ปัญหาความยากจนและความทุจริต*. กรุงเทพฯ: กองทุนอริยมรรค.
- สมศักดิ์ ปริศนานันทกุล. (2542, สิงหาคม). *รุกรายการปฏิบัติครูไทยขึ้นแม่พิมพ์อินเตอร์*. *ปฏิรูปการศึกษา*. 1(22): 21.
- เสน่ห์ จามริก. (2541, มีนาคม). *เศรษฐกิจพอเพียงกับสิทธิมนุษยชนในสังคมไทย*. *รัฐศาสตร์สาร*. 22(2).
- เสรี พงศ์พิศ. (2547). *100 ร้อยคำที่ควรรู้*. กรุงเทพฯ: เจริญวิทย์.
- _____. (2549). *เศรษฐกิจพอเพียง การพัฒนายั่งยืน*. กรุงเทพฯ: เจริญวิทย์.
- สำนักงานการศึกษา กรุงเทพมหานคร. (2542). *นโยบายการจัดการเรียนการสอนในโรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร*. สืบค้นเมื่อวันที่ 12 พฤศจิกายน 2550, จาก <http://www.members.tripod.com/anant2/standard.htm>
- _____. (2547). *รายงานสถิติการศึกษาปี 2546*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์สหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- _____. (2551). *เด็กดีมีครูสร้างที่บางกอก*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ สหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.

- สำนักงานการศึกษา กรุงเทพมหานคร. (2552). *แผนปฏิบัติการประจำปี พ.ศ. 2552*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์สหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2541). *แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่แปด พ.ศ. 2540-2544*. กรุงเทพฯ: สำนักนายกรัฐมนตรี.
- _____. (2559). *แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่เก้า พ.ศ. 2545-2549*. กรุงเทพฯ: สำนักนายกรัฐมนตรี.
- _____. (2549, กันยายน). *ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงกับบริบทการพัฒนาประเทศ. วารสาร เศรษฐศาสตร์ศรีนครินทรวิโรฒ. 2(1):1-2.*
- _____. (2550). *แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่สิบ พ.ศ. 2550-2554*. กรุงเทพฯ: สำนักนายกรัฐมนตรี.
- สำนักงานคณะกรรมการพิเศษเพื่อประสานงานโครงการ. (2547, มิถุนายน). *การพัฒนาที่มั่นคง ยั่งยืนตามรอยพระราชดำริ. วารสารเศรษฐกิจพอเพียง. 1: 1-3.*
- สำนักงานทรัพย์สินส่วนพระมหากษัตริย์. (2549). *เศรษฐกิจพอเพียง ร่วมเรียนรู้ สานข่าย ขยายผล*. กรุงเทพฯ: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย.
- สำนักงานยุทธศาสตร์การศึกษา สำนักงานการศึกษา กรุงเทพมหานคร. (2551). *มาตรฐานการศึกษา โรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร*. กรุงเทพฯ: กลุ่มงานพัฒนามาตรฐานและการประกันคุณภาพ กรุงเทพมหานคร.
- อภิชัย พันธเสน. (2542). *เศรษฐกิจพอเพียงของในหลวงกับการวิเคราะห์ความหมายของนักเศรษฐศาสตร์*. กรุงเทพฯ: คณะกรรมการสภาวิจัยแห่งชาติ สาขาเศรษฐศาสตร์.
- _____. (2544). *พุทธเศรษฐศาสตร์: วิชาการ ทฤษฎี และการประยุกต์กับเศรษฐศาสตร์สาขาต่าง ๆ*. กรุงเทพฯ: อมรินทร์.
- _____. (2549). *สังเคราะห์องค์ความรู้เกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง*. กรุงเทพฯ: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย.
- อำนาจ เมฆนพรัตน์. (2543). *การพึ่งตนเองของเกษตรกรในโครงการส่งเสริมการเกษตรแบบผสมผสานของธนาคารเพื่อการเกษตรและสหกรณ์การเกษตร. วิทยานิพนธ์ (การบริหารและนโยบายสวัสดิการสังคม)*. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. สืบค้นเมื่อ 12 พฤษภาคม 2551, จาก ฐานข้อมูลปริญาานิพนธ์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
- Bennett, N. (1975). *Population Growth, Individual Demographic Decision and the Quality of Life: A SourceBook on Population Education*. Bangkok: Population Education Project. Mahidol University.
- Cardinale, Otto. (1981, July). *On a Generic Management Information System Model Whit Application to Pulblic School System. Dissertation Abstracts International, 42 (8), 1517-A.*

Johnsrud, L. K.; & Surla. (2006). *Quality of Faculty Work life*. Retrieved January 9, 2006,
From www.uhh.wai.edu/iro/other%20surveys/manoafac.doc

Kulbox, P.P., F.J.Earls; & A.C. Montgomery. (1988). *Lifestyle and Patterns of Health and Social Behavior in High – risk Adolescents*. Ans11.

Pelsma, Dennis M. (2003). *The Quality of Teacher Work Life Survey: A Preliminary Report on a Measure of Teacher Stress and Job Satisfaction and the Implications for School Counselors*. Retrieved February 2, 2008, from
http://www.eric.ed.gov/ERICDocs/data/ericdocs2sql/content_storage_01/0000019b/80/1b/e2/89.pdf

Smith, H. C. (1994). *Psychology of Industrial Behavior*. New York: McGraw-Hill.

WHO, Health Education Units. (1986). *Lifestyle and Health*. Social Science and Medicine.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือ

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือ

1. อาจารย์ ดร.นิตย์ ไรจน์รัตนวณิชช์
อาจารย์ภาควิชาการบริหารการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
2. รองศาสตราจารย์นิภา ศรีไพโรจน์
อาจารย์ภาควิชาการวัดผลและวิจัยทางการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เรือโท ดร.ไพบุลย์ อ่อนมั่ง
อาจารย์บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
4. นางสาวระวีวรรณ คณิตกุล
ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดจันทร์ประดิษฐาราม สำนักงานเขตภาษีเจริญ
สังกัดกรุงเทพมหานคร
5. นายประทีป มาสุข
ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดชัยฉิมพลี สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร

ภาคผนวก ข

แบบสัมภาษณ์

ตอนที่ 1 ข้อมูลของผู้ให้สัมภาษณ์

ชื่อ.....นามสกุล.....
 โรงเรียน.....แขวง.....
 สำนักงานเขต.....สังกัด.....
 ตำแหน่ง.....อายุ.....
 รายได้.....สถานภาพ.....จำนวนบุตร.....

ตอนที่ 2 การดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญา

เศรษฐกิจพอเพียง

2.1 ด้านจิตใจ

- 2.1.1 ท่านปฏิบัติอย่างไรที่ทำให้มีความสุขทางกาย
- 2.1.2 ท่านปฏิบัติอย่างไรที่ทำให้มีความสุขทางใจ
- 2.1.3 ท่านปฏิบัติอย่างไรที่ทำให้มีจิตใจเอื้ออาทร
- 2.1.4 ท่านปฏิบัติอย่างไรที่ทำให้มีคุณธรรม จริยธรรม
- 2.1.5 ท่านยึดถือคุณธรรมอะไรเป็นหลักในการดำเนินชีวิต และคุณธรรมที่ท่านปฏิบัติทำ

ให้การดำเนินชีวิตของท่านดีขึ้นอย่างไร

2.1.6 ในกรณีที่ท่านมีปัญหา มีความทุกข์ หรือมีความเครียด ท่านมีวิธีผ่อนคลายอย่างไร และปฏิบัติแล้วได้ผลเป็นอย่างไร

2.1.7 ท่านคิดว่าการปฏิบัติตนตามหลักธรรมทางพุทธศาสนา ช่วยให้คุณสามารถพึ่งตนเองด้านจิตใจได้อย่างไร

2.2 ด้านสังคม

- 2.2.1 ท่านปฏิบัติตนอย่างไรในการทำให้ท่านและคนในครอบครัวมีความสุข
- 2.2.2 ท่านปฏิบัติตนอย่างไรในการช่วยเหลือผู้อื่น
- 2.2.3 ท่านได้มีการพึ่งพาผู้อื่นในเรื่องใดบ้าง
- 2.2.4 ท่านมีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับสมาชิกภายในครอบครัวของท่านในเรื่องต่าง ๆ เช่น การใช้จ่าย การรู้จักประหยัดอดออม และการดำเนินชีวิตประจำวันอย่างไร
- 2.2.5 ท่านมีความสุขในการทำงานด้านสังคมมากน้อยเพียงใด
- 2.2.6 การทำงานร่วมกับผู้อื่น ท่านมีปัญหาหรืออุปสรรคอะไรบ้าง และท่านแก้ไขปัญหานั้นได้อย่างไร

2.2.7 ท่านได้ร่วมงานกับชุมชนในเรื่องใดบ้าง

2.3 ด้านทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม

2.3.1 ท่านปฏิบัติตนในการใช้ทรัพยากร เช่น น้ำ ไฟฟ้า และกระดาษ อย่างไร

- น้ำ
- ไฟฟ้า
- กระดาษ

2.3.2 ปัจจุบันท่านได้ปฏิบัติตนในการประหยัดพลังงานอย่างไร

2.3.3 ท่านดำเนินชีวิตอย่างไรที่ช่วยแก้ปัญหาภาวะโลกร้อน

2.3.4 ท่านนำวัสดุที่เหลือใช้มาทำให้เกิดประโยชน์ได้อย่างไร

2.3.5 ท่านทำอย่างไรที่เป็นการรักษาทรัพยากรธรรมชาติให้ดำรงอยู่

2.3.6 ท่านมีการดูแลรักษาสิ่งแวดล้อมและสาธารณสมบัติของชุมชนอย่างไร

2.4 ด้านเทคโนโลยี

2.4.1 ท่านใช้เทคโนโลยีอะไรบ้าง

2.4.2 เทคโนโลยีมีความสำคัญกับท่านอย่างไร

2.4.3 เทคโนโลยีอะไรที่มีความจำเป็นกับตัวท่านมากที่สุด เพราะอะไร

2.4.4 ท่านได้แสวงหาความรู้เพิ่มเติม เพื่อนำมาใช้กับเทคโนโลยีของท่านอย่างไร

2.4.5 ในชีวิตประจำวันท่านต้องพึ่งพาเทคโนโลยีเป็นส่วนใหญ่ ท่านเห็นด้วยหรือไม่
อย่างไร

2.4.6 ถ้าท่านไม่มีสิ่งอำนวยความสะดวกต่าง ๆ ท่านจะดำรงชีวิตอย่างไร

2.5 ด้านเศรษฐกิจ

2.5.1 ท่านปฏิบัติอย่างไรในการลดรายจ่าย

2.5.2 ท่านเพิ่มรายได้ให้กับตัวเองโดยการทำอะไร

2.5.3 ท่านคิดว่าท่านมีฐานะเป็นอย่างไร

2.5.4 การใช้จ่ายเงินในแต่ละครั้ง ท่านพิจารณาจากสิ่งใดเป็นสำคัญ

2.5.5 การใช้จ่ายเงินของท่านส่วนใหญ่มาจากเรื่องใด

2.5.6 เมื่อท่านมีสิ่งของเหลือใช้ ท่านมีวิธีจัดการอย่างไร

2.5.7 การกู้เงินจากสถาบันการเงินต่างๆ หรือการกู้เงินนอกระบบ มีความจำเป็นสำหรับ
ท่านและครอบครัวเพียงใด

2.5.8 ท่านคิดอย่างไรกับการใช้จ่ายเงินในสิ่งที่ไม่จำเป็น เพื่อเสริมสร้างสถานภาพทางสังคมให้เท่าเทียมกับบุคคลอื่น

2.5.9 ท่านคิดว่าสิ่งสำคัญที่สุดที่ช่วยให้ท่านสามารถพึ่งตนเองทางเศรษฐกิจได้ คืออะไร

2.5.10 ท่านคิดว่าหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงสามารถนำมาประยุกต์ใช้เป็นแนวทางในการดำรงชีวิตได้อย่างไร

ลงชื่อ.....(ผู้ให้สัมภาษณ์)

ลงชื่อ.....(ผู้สัมภาษณ์)

สถานที่สัมภาษณ์.....

วันที่/...../.....

เวลา.....

ภาคผนวก ค

หนังสือขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ และหนังสือขอความอนุเคราะห์เพื่อพัฒนาเครื่องมือการวิจัย



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ บันทึกวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โทร. 5730

ที่ ศธ 0519.12/๗455

วันที่ 17 กันยายน 2551

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน คณบดีคณะศึกษาศาสตร์

เนื่องด้วย นางสาวกนกกาญจน์ ฉวีวงศ์ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาการบริหารการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำสารนิพนธ์ เรื่อง “การศึกษาการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของบุคลากร โรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขต ภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ไพโรจน์ กลิ่นกุหลาบ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ในการนี้ บันทึกวิทยาลัยขอเรียนเชิญ รองศาสตราจารย์นิภา ศรีไพโรจน์ และ อาจารย์นิศย์ โรจนรัตนวาณิช เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจแบบสัมภาษณ์การศึกษาการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของบุคลากร โรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขต ภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้บุคลากรในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นางสาวกนกกาญจน์ ฉวีวงศ์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้

(รองศาสตราจารย์สมชาย สันติวัฒนกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โทร. 5730

ที่ ศธ 0519.12/๗๕๖

วันที่ 19 กันยายน 2551

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เรือโท ไพบุลย์ อ่อนมั่ง

เนื่องด้วย นางสาวกนกกาญจน์ จีวงศ์ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาการบริหารการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำสารนิพนธ์ เรื่อง “การศึกษาการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของบุคลากร โรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ไพโรจน์ กลิ่นกุหลาบ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ ท่าน เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบสัมมนาการศึกษาการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของบุคลากร โรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาเป็นผู้เชี่ยวชาญให้
นางสาวกนกกาญจน์ จีวงศ์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้

(รองศาสตราจารย์สมชาย สันติวัฒน์กุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

ที่ ศธ 0519.12/๑457



บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

19 กันยายน 2551

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดจันทร์ประดิษฐาราม

เนื่องด้วย นางสาวกนกกาญจน์ ฉวีวงศ์ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาการบริหารการศึกษามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำสารนิพนธ์เรื่อง “การศึกษาการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของบุคลากร โรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ไพโรจน์ กลิ่นกุหลาบ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ในกรณีนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ ท่าน เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบสัมมนาการศึกษาการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของบุคลากร โรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาเป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นางสาวกนกกาญจน์ ฉวีวงศ์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.สมชาย สันติวัฒนกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 0-2664-1000 ต่อ 5730

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 086-9750-337



ที่ ศธ 0519.12/๗๕๕

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

/๙ กันยายน 2551

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน ผู้อำนวยการ โรงเรียนวัดชัยฉิมพลี

เนื่องด้วย นางสาวกนกกาญจน์ จิววงศ์ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาการบริหารการศึกษามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำสารนิพนธ์เรื่อง “การศึกษาการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของบุคลากร โรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ไพโรจน์ กลั่นกุหลาบ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ ท่าน เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบสัมพันธภาพการศึกษาการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของบุคลากร โรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาเป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นางสาวกนกกาญจน์ จิววงศ์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.สมชาย สันติวัฒนกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 0-2664-1000 ต่อ 5730

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 086-9750-337



ที่ ศธ 0519.12/ ๗๔ ๕๕

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

๑๗ กันยายน 2551

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดจันทร์ประดิษฐาราม

เนื่องด้วย นางสาวกนกกาญจน์ จิววงศ์ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาการบริหารการศึกษามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำสารนิพนธ์ เรื่อง “การศึกษาการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของบุคลากร โรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ไพโรจน์ กลิ่นกุหลาบ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อพัฒนาเครื่องมือ และเก็บข้อมูลการวิจัย โดยขอให้ครูผู้สอนโรงเรียนวัดจันทร์ประดิษฐาราม ตอบแบบสัมภาษณ์การศึกษาการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของบุคลากร โรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร ในระหว่างเดือนตุลาคม - ธันวาคม 2551

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวกนกกาญจน์ จิววงศ์ ได้เก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.สมชาย สันติวัฒนกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 0-2664-1000 ต่อ 5730

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 086-9750-337



ที่ ศธ 0519.12/๗๔ ๕๘

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

19 กันยายน 2551

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์เพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการ โรงเรียนวัดชัยฉิมพลี

เนื่องด้วย นางสาวกนกกาญจน์ ฉวีวงศ์ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาการบริหารการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำสารนิพนธ์เรื่อง “การศึกษาการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของบุคลากร โรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ไพโรจน์ กลิ่นกุหลาบ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขอให้ครูผู้สอน โรงเรียนวัดชัยฉิมพลี คอบแบบ สัมภาษณ์การศึกษาการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของบุคลากร โรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร ในระหว่างเดือนตุลาคม - ธันวาคม 2551

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวกนกกาญจน์ ฉวีวงศ์ ได้เก็บ ข้อมูลเพื่อการวิจัย และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.สมชาย สันติวัฒนกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 0-2664-1000 ต่อ 5730

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 086-9750-337

ประวัติย่อผู้ทำสารนิพนธ์

ประวัติย่อผู้ทำสารนิพนธ์

ชื่อ ชื่อสกุล	นางสาวกนกกาญจน์ จีวีวงศ์
วันเดือนปีเกิด	13 เมษายน 2523
สถานที่เกิด	อำเภอลำปลายมาศ จังหวัดบุรีรัมย์
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	56 หมู่ 2 ซอยเพชรเกษม 48 ถนนเพชรเกษม แขวงบางด้วน เขตภาษีเจริญ กรุงเทพฯ 10160
ตำแหน่งหน้าที่การงานปัจจุบัน	ครู คศ.1
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	โรงเรียนวัดจันทร์ประดิษฐาราม 56 หมู่ 2 แขวงบางด้วน เขตภาษีเจริญ กรุงเทพฯ 10160
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2541	มัธยมศึกษาตอนปลาย จาก โรงเรียนลำปลายมาศ
พ.ศ. 2545	ครุศาสตรบัณฑิต (การศึกษาปฐมวัย) จาก สถาบันราชภัฏบุรีรัมย์
พ.ศ. 2552	การศึกษามหาบัณฑิต (การบริหารการศึกษา) จาก มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ