

รายงานการวิจัย
เรื่อง
การพัฒนารูปแบบการออมตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงต่อการดำเนินชีวิต
ของนิสิตคณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ



ผู้ช่วยศาสตราจารย์ กมลมาลย์ วรรณเศรษฐ์สิน
รองศาสตราจารย์ ชาดา วิมลวัตรเวที

งานวิจัยนี้ได้รับทุนอุดหนุนจาก
เงินรายได้มหาวิทยาลัย (เงินรายได้บัณฑิตวิทยาลัย)

ประจำปี 2553

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ISBN 978-616-296-006-2

บทคัดย่อ

การพัฒนารูปแบบการออมตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงต่อการดำเนินชีวิต ของนิสิต คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนารูปแบบการออมตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงต่อการดำเนินชีวิตของนิสิต คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำนวน 156 คน ขยายผลสู่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) จำนวน 125 คน ประสพการณ์การเรียนรู้ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วย การบรรยาย “การออมทรัพย์ : ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง” และกิจกรรมกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อนเพื่อนำไปสู่การมีเจตคติทางบวกต่อการออม การเห็นคุณค่าในตนเอง และพฤติกรรมการออม รวบรวมข้อมูลก่อนการทดลองและหลังการทดลอง 4 ครั้งด้วยแบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน สถิติค่าที และสถิติค่าเอฟ

ผลการศึกษาพบว่า

1. นิสิตตัวอย่างมีเจตคติต่อการออม การเห็นคุณค่าในตัวเอง และพฤติกรรมการออม หลังการทดลองดีกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ส่วนนักเรียนตัวอย่างมีเจตคติต่อการออมหลังการทดลองดีกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05
2. นิสิตตัวอย่างมีค่าใช้จ่ายเอกสาร/ตำรา หลังการทดลองน้อยกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05 ส่วนนักเรียนตัวอย่างมีค่าใช้จ่ายวัสดุ/อุปกรณ์/เครื่องเขียนหลังการทดลองน้อยกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05

An Abstract

The Development of Saving Model Following Philosophy of the Sufficiency Economy on Lifestyle of Undergraduate Students, Faculty of Physical Education, Srinakharinwirot University

The study aimed to develop model of saving following Philosophy of the Sufficiency Economy on lifestyle. The samples were 156 subjects studying in Health Education, Faculty of Physical Education, and 125 subjects studying in Mattayomsuksa 1, Srinakharinwirot University Prasarnmit Demonstration School (Secondary). The combination of learning experiences in the study consisted of the lecture “Saving: Philosophy of the Sufficiency Economy” and the self help group that was designed to facilitate the attitude toward saving, self esteem and saving behavior. Self-administrator questionnaires were used to gather all data in pre-test and 4 post-tests. The data were analyzed through percentage, mean, standard deviation, t-test and F-test.

The results were as follows;

1. Regarding the attitude toward saving, self esteem and saving behavior in graduate students, the post-test result is statistically significant better than the result from pre-test at 0.05 level. Meanwhile, there is only the attitude toward saving in high school students which the post-test result is statistically significant better than the result from pre-test at 0.05 level.
2. Regarding the expense of textbooks in graduate students, the post-test result is statistically significant less than the result from pre-test at 0.05 level. Besides, the expense of stationeries in high school students is statistically significant less than the result from pre-test at 0.05 level.

ประกาศคุณูปการ

การวิจัยนี้สำเร็จได้ด้วยทุนอุดหนุนจากเงินรายได้มหาวิทยาลัย (เงินรายได้บัณฑิตวิทยาลัย) ประจำปี 2553 และได้รับการร่วมมืออย่างดียิ่งจากนิสิตสาขาวิชาสุศึกษา คณะพลศึกษา และนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) ภายใต้การอำนวยความสะดวกจากผู้ช่วยศาสตราจารย์รัตนา เจริญสาริต หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้สุศึกษาและพลศึกษา (สุศึกษา) วิทยากรจากมูลนิธิสยามกัมมาจล ตลอดจนผู้อำนวยการสำนักหอสมุดกลาง ที่อนุเคราะห์ให้ดำเนินการ ณ ห้องประชุมศาสตราจารย์ ดร.สุจิตใจ เหล่าสุนทร มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ตลอดจนคุณทักษิณ สุขโต ผู้รับผิดชอบโครงการความร่วมมือเพื่อแก้ปัญหาความยากจน การพัฒนาสังคม และสุภาวะ ที่ให้คำปรึกษาแนะนำโครงการ คณะวิจัยขอขอบคุณในความอนุเคราะห์ของท่านที่ได้กล่าวมา ณ โอกาสนี้

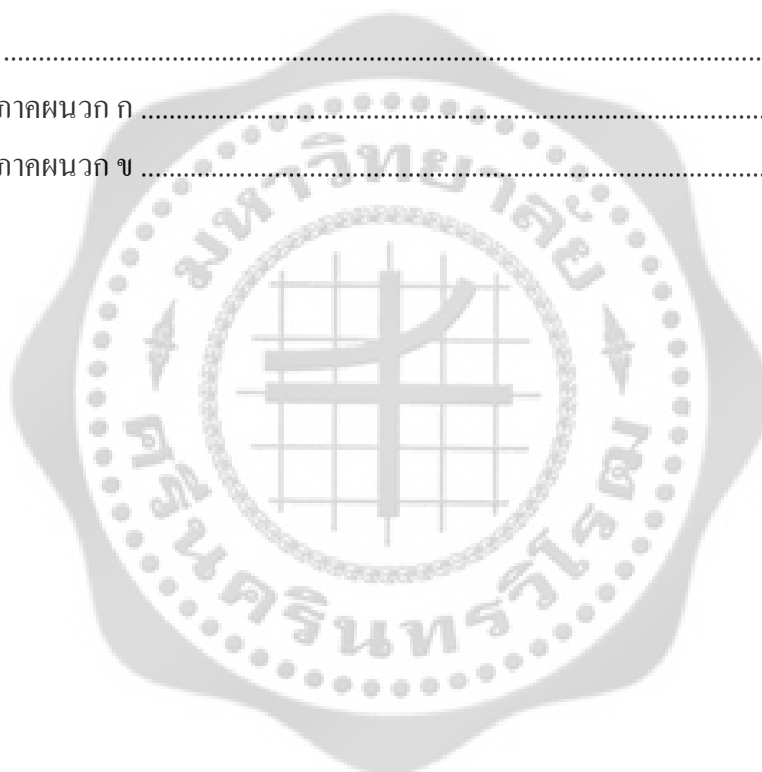
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ กมลมาลย์ วิรัตน์เศรษฐิน
รองศาสตราจารย์ ธาดา วิมลวัตรเวที

สารบัญ

บทที่		หน้า
1	บทนำ	1
	ความสำคัญและที่มาของปัญหาที่ทำการวิจัย	1
	วัตถุประสงค์	2
	ขอบเขตการวิจัย	2
	ตัวแปรที่ศึกษา	3
	นิยามศัพท์เฉพาะ	3
	กรอบแนวคิดในการวิจัย	4
	สมมติฐานการวิจัย	4
2.	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	5
	ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง	5
	กรอบแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง	9
	การออม	13
	เจตคติ	19
	การเห็นคุณค่าในตนเอง	22
	งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	27
3.	วิธีการดำเนินการวิจัย	33
	การกำหนดประชากรและเลือกกลุ่มตัวอย่าง	33
	แบบแผนการวิจัย	34
	การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า	34
	วิธีการหาคุณภาพของเครื่องมือ	36
	การเก็บรวบรวมข้อมูล	40
	การจัดกระทำและวิเคราะห์ข้อมูล	42
4.	ผลการวิเคราะห์ข้อมูลการศึกษาค้นคว้า	43

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
5. สรุปผล อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ	65
สรุปผลการศึกษาค้นคว้า	65
การอภิปรายผล	65
บรรณานุกรม	70
ภาคผนวก	73
ภาคผนวก ก	74
ภาคผนวก ข	83



สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า
1 การเปรียบเทียบลักษณะของบุคคลที่มีการเป็นคุณค่าในตนเองต่ำและสูง	26
2 จำนวนกลุ่มตัวอย่างและเกณฑ์ จำแนกตามระยะของแผนการวิจัย และสถานศึกษา ..	33
3 ค่าอำนาจจำแนก และค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามจากการทดลองใช้กับนิสิตสาขา วิชาสุศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำนวน 30 คน	37
4 ขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย	37
5 การเก็บรวบรวมข้อมูล	41
6 จำนวน (ร้อยละ) ของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ	43
7 บัญชีรายรับ – รายจ่าย มศว. จำแนกตามหมวดค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน	44
8 ดัชนีแบบการออมและประเด็นการถ่ายทอดสู่นักเรียน	45
9 จำนวน (ร้อยละ) ของกลุ่มนิสิต 156 คน กับกลุ่มนักเรียน 125 คนจำแนกตามความคิดเห็น ก่อนและหลังการทดลอง	48
10 เปรียบเทียบค่าใช้จ่ายเฉลี่ยหมวดการศึกษาจำนวน 5 สัปดาห์ ของกลุ่มนิสิต 176 คน กับ กลุ่มนักเรียน 125 คน	49
11 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของหมวดเสื้อผ้า เครื่องแต่งกายจำนวน 5 สัปดาห์ของกลุ่มนิสิต 78 คน กับกลุ่มนักเรียน 25 คน	51
12 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของหมวดบันเทิงจำนวน 5 สัปดาห์ ของกลุ่มนิสิต 78 คน กับกลุ่ม นักเรียน 25 คน	55
13 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของหมวดอาหารจำนวน 5 สัปดาห์ของกลุ่มนิสิต 78 คน กับกลุ่ม นักเรียน 25 คน	57
14 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของหมวดใช้สอยจำนวน 5 สัปดาห์ของกลุ่มนิสิต 78 คน กับกลุ่ม นักเรียน 25 คน	61

สารบัญภาพประกอบ

ภาพประกอบ	หน้า
1 กลุ่มตัวอย่างในการศึกษา	2
2 กรอบแนวคิดในการวิจัย	4
3 กรอบแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง 3 ห่วง 2 เงื่อนไข	10
4 การใช้จ่ายเพื่อการบริโภคในวัฏจักรชีวิต	16
5 การวางแผนการออมด้วย บันได 4 ขั้น	17
6 องค์ประกอบของเจตคติ	21
7 แผนการวิจัย	34
8 วิธีดำเนินการวิจัย	40
9 ค่าใช้จ่ายหมวดการศึกษา/สัปดาห์ของนิสิตและนักเรียนที่มีค่าใช้จ่าย	51
10 ค่าใช้จ่ายหมวดหมวดเสื้อผ้าเครื่องแต่งกาย/สัปดาห์ของนิสิตและนักเรียนที่มี ค่าใช้จ่าย	54
11 ค่าใช้จ่ายหมวดบันเทิง/สัปดาห์ของนิสิตและนักเรียนที่มีค่าใช้จ่าย	57
12 ค่าใช้จ่ายหมวดอาหาร/สัปดาห์ของนิสิตและนักเรียนที่มีค่าใช้จ่าย	60
13 ค่าใช้จ่ายหมวดใช้สอย/สัปดาห์ของนิสิตและนักเรียนที่มีค่าใช้จ่าย	64

บทที่ 1

บทนำ

ความสำคัญและที่มาของปัญหาที่ทำการวิจัย

กระแสการพัฒนาเศรษฐกิจในยุคโลกาภิวัตน์ ได้ส่งผลกระทบทุกภาคส่วนและทุกชีวิต ดังจะเห็นได้จากเยาวชนถูกปลูกฝังให้ใช้จ่ายเกินตัวตั้งแต่เด็ก ใช้จ่ายเงินกับสิ่งฟุ่มเฟือย เกินความจำเป็น ขาดวินัยทางการเงิน เป็นการดำเนินชีวิตด้วยความประมาท ปรากฏการณ์ดังกล่าวเป็นกระแสดึงดูดภาพเหตุการณ์ที่จะก้าวไปสู่ชีวิตความเป็นอยู่ในอนาคตของชาติ จึงควรเร่งหาทางแก้ไขให้เยาวชนรู้จักการใช้จ่าย เห็นคุณค่าของการออม บริหารการเงินอย่างฉลาด ใช้ชีวิตอย่างพอเพียง ตามกรอบแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ดังกระแสพระราชดำรัส... เศรษฐกิจพอเพียงเป็นเสมือนรากฐานชีวิต รากฐานความมั่นคงของแผ่นดิน เปรียบเสมือนเสาเข็ม... การพัฒนาประเทศจำเป็นต้องทำตามลำดับขั้นตอน ต้องสร้างพื้นฐาน คือ ความพอเพียง พอกิน พอใช้ ของประชาชนส่วนใหญ่เบื้องต้นก่อน โดยใช้วิธีการที่ประหยัดและถูกหลักการ ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงและการพึ่งพาตนเองแก้ปัญหาวัตถุนิยม เป็นปรัชญาที่ชี้แนะแนวทางการดำรงอยู่ และปฏิบัติตนในทางที่ควรจะเป็น เป็นการมองโลกเชิงระบบที่มีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา มุ่งเน้นการรอดพ้นจากภัยและวิกฤต เพื่อความมั่นคงและความยั่งยืนของการพัฒนา โดยมีบนพื้นฐานมาจากวิถีชีวิตดั้งเดิมของสังคมไทย สามารถนำมาประยุกต์ใช้ได้ตลอดเวลา และ เศรษฐกิจพอเพียงสามารถนำมาประยุกต์ใช้กับการปฏิบัติตนได้ในทุกระดับ โดยเน้นการปฏิบัติบนทางสายกลาง โดยคำนึงถึงความพอประมาณ ความมีเหตุผล การสร้างภูมิคุ้มกันที่ดีในตนเอง ตลอดจนการใช้ความรู้ ความรอบคอบ และคุณธรรม และพัฒนาอย่างเป็นขั้นตอน

จากการทบทวนงานวิจัย คณะผู้วิจัยขอน้อมนำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาเป็นแนวทางการดำเนินชีวิตและการปฏิบัติตนสำหรับนิสิตสาขาวิชาสุศึกษาบนพื้นฐานวิถีชีวิตของสังคมไทย โดยปลูกฝังวัฒนธรรมการออมให้นิสิตเห็นคุณค่าของการออม รู้จักการใช้จ่ายในการดำเนินชีวิตอย่างมีสติ พร้อมรับการเปลี่ยนแปลงทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อม ความรู้ และเทคโนโลยี นำมาปรับใช้ในการแก้ปัญหาด้านวัตถุนิยม สามารถพึ่งพาตนเองได้ เพื่อการดำเนินชีวิตด้วยความไม่ประมาท ดังนั้นคณะผู้วิจัยจึงจัดทำโครงการ “การพัฒนารูปแบบการออมตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงต่อการดำเนินชีวิต” ขึ้น โดยโครงการนี้จะเริ่มทำภายในภาควิชาสุศึกษา เพื่อให้นิสิตตระหนักถึงคุณค่าของการออมทรัพย์ ปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตที่สอดคล้องกับปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง และดำเนินชีวิตที่พร้อมต่อกระแสพัฒนาเศรษฐกิจในยุคโลกาภิวัตน์ได้ และนำไป

ขยายผลต่อ โดยนำโครงการต้นแบบนี้ไปจัดทำที่โรงเรียน ถ่ายทอดกระบวนการสร้างต้นแบบการ
ออมสู่นักเรียนต่อไป

วัตถุประสงค์

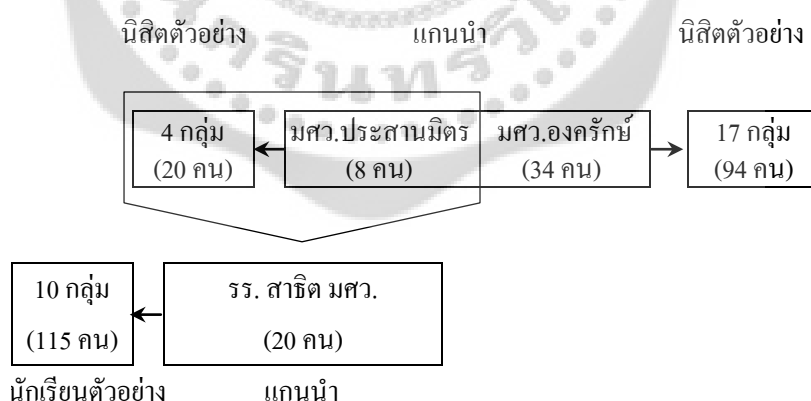
เพื่อพัฒนารูปแบบการออมตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงต่อการดำเนินชีวิตของนิสิต
คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ขอบเขตการวิจัย

ประชากร ประชากรในการศึกษาครั้งนี้ คือ นิสิตภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ภาควิชาการศึกษาที่ 2 ปี 2552 จำนวน 222 คน

กลุ่มตัวอย่าง กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ แบ่งเป็น

1. กลุ่มเป้าหมายหลัก คือ นิสิตสาขาวิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรี
นครินทรวิโรฒ ภาควิชาการศึกษาที่ 2 ปี 2552 จำนวน 156 คน ประกอบด้วยนิสิตชั้นปีที่ 1 – 4 ที่กำลัง
ศึกษาที่องค์กรฯ 128 คนและประสานมิตร 28 คน แบ่งเป็นนิสิตแกนนำ 42 คนถ่ายทอดสู่สมาชิก
กลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน 114 คน
2. กลุ่มเป้าหมายรอง คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรี
นครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) จำนวน 125 คน แบ่งเป็นนักเรียนแกนนำ 20 คน และ
สมาชิกกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน 115 คน กับนิสิตแกนนำ 28 คน ถ่ายทอดสู่แกนนำ 20 คน



ภาพประกอบ 1 กลุ่มตัวอย่างในการศึกษา

ตัวแปรที่ศึกษา

ตัวแปรในการศึกษาครั้งนี้ คือ

1. ตัวแปรอิสระ คือ โปรแกรมสุขศึกษาตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง
2. ตัวแปรตาม คือ การดำเนินชีวิตได้แก่
 - 2.1 เจตคติต่อการออม
 - 2.2 การเห็นคุณค่าในตนเอง
 - 2.3 พฤติกรรมการออม
 - 2.4 ค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน

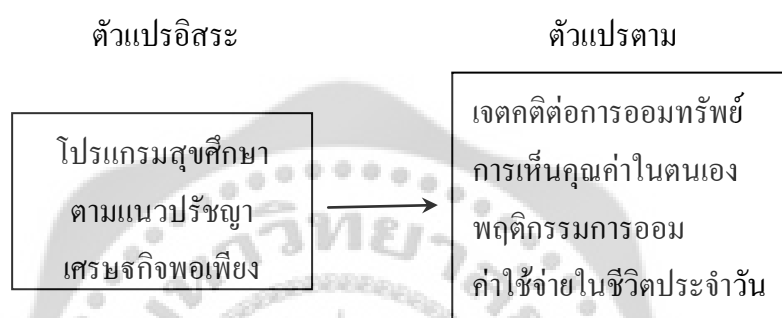
นิยามศัพท์เฉพาะ

1. โปรแกรมสุขศึกษาตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง หมายถึง กระบวนการจัดโอกาส และประสบการณ์การเรียนรู้การดำเนินชีวิตแบบพอมี พอกิน พอใช้ตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงโดยวิทยากรจากมูลนิธิสยามกัมมาจล กิจกรรมกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อนกระตุ้น ติดตาม และแลกเปลี่ยนประสบการณ์การใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน
2. การดำเนินชีวิต หมายถึง แนวทางการดำรงอยู่และปฏิบัติตนในครัวเรือนและสถานศึกษาในทางที่ควรจะเป็นบนพื้นฐานของทางสายกลาง
3. เจตคติต่อการออม หมายถึง ความรู้สึก ความคิดเห็น แนวโน้ม ความพร้อมที่จะตอบสนองต่อการออมในทางบวกหรือทางลบ
4. การเห็นคุณค่าในตนเอง หมายถึง การพิจารณาประเมินคุณค่าตนเองโดยการตรวจสอบการกระทำ ความสามารถ และการประสบผลสำเร็จ การยอมรับตนเอง ซึ่งวัดได้จากแบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเองของ คูเปอร์สมิธ (Coopersmith Self-esteem Inventory : Adult form)
5. พฤติกรรมการออม หมายถึง การใช้จ่ายอย่างเหมาะสมกับการดำเนินชีวิต
6. บัญชีรับ-จ่าย มศ.พอเพียง หมายถึง แบบบันทึกค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน เป็นเวลา 5 สัปดาห์ จัดทำโดยการระดมสมองของนิสิตตัวอย่าง ประกอบด้วย 5 หมวด 20 รายการ คือ
 - 1) หมวดใช้จ่ายสำหรับการศึกษา ได้แก่ 1. ค่าวัสดุ อุปกรณ์ เครื่องเขียน 2. ค่าเอกสาร ตำรา 3. ค่ากิจกรรมพิเศษ
 - 2) หมวดเสื้อผ้า เครื่องแต่งกาย ได้แก่ 1. เสื้อผ้า 2. เครื่องสำอาง 3. เครื่องประดับ
 4. ตัด ดัด ย้อมผม
 - 3) หมวดบันเทิง ได้แก่ 1. ดูหนัง ฟังเพลง 2. เลี้ยงสังสรรค์ 3. ของขวัญ
 - 4) หมวดอาหาร ได้แก่ 1. อาหารหลัก 2. อาหารว่าง ขนมขบเคี้ยว 3. เครื่องดื่มทั่วไป
 4. เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ชูกำลัง 4. บุหรี่

5) หมาควั้สอย ได้แก่ 1. ของใช้ประจำวัน : สบู่ แชมพู 2. โทรศัพท์มือถือ 3. ค่าโดยสารรถ 4. ยาเวชภัณฑ์ 5. หนังสืออ่านเล่น

7. ค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน หมายถึง เงินที่จ่ายจริงในแต่ละวันจำแนกตามหมวดต่างๆในบัญชีรับ-จ่าย มศว. พอเพียง

กรอบแนวคิดในการวิจัย



ภาพประกอบ 2 กรอบแนวคิดในการวิจัย

สมมติฐานการวิจัย

1. หลังการทดลองกลุ่มตัวอย่างนิสิตมีการดำเนินชีวิตต่อไปนี้นี้อีกกว่าก่อนการทดลอง
 - 1.1 เจตคติต่อการออม
 - 1.2 การเห็นคุณค่าในตนเอง
 - 1.3 พฤติกรรมการออม
 - 1.4 ค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน
2. หลังการทดลองกลุ่มตัวอย่างนักเรียนมีการดำเนินชีวิตต่อไปนี้นี้อีกกว่าก่อนการทดลอง
 - 1.1 เจตคติต่อการออม
 - 1.2 การเห็นคุณค่าในตนเอง
 - 1.3 พฤติกรรมการออม
 - 1.4 ค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องและได้นำเสนอตามหัวข้อต่อไปนี้

1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัย

1.1 ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง (Sufficiency Economy)

1.2 การออม (Saving)

1.3 เจตคติ (Attitude)

1.4 การเห็นคุณค่าในตนเอง (Self esteem)

1.5 แนวคิดเกี่ยวกับการให้สุศึกษาและการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

2. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาค้นคว้า

ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง (Sufficiency Economy)

เศรษฐกิจพอเพียง เป็นเสมือนรากฐานของชีวิต
รากฐานความมั่นคงของแผ่นดิน เปรียบเสมือนเสาเข็ม
ที่ถูกตอกรองรับบ้านเรือนตัวอาคารไว้นั่นเอง
สิ่งก่อสร้างจะมั่นคงได้ก็อยู่ที่เสาเข็ม
แต่คนส่วนมากมองไม่เห็นเสาเข็ม และลืมเสาเข็มเสียด้วยซ้ำไป

พระราชดำรัสพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว

จากวารสารชัยพัฒนา ฉบับประจำเดือนสิงหาคม 2542

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงเป็นพระมหากษัตริย์องค์เดียวในโลกที่ทรงตรากตราพระราชกายเพื่อพสกนิกร พระองค์ทรงมีแนวพระราชดำริด้วยพระราชหฤทัยมุ่งมั่นที่จะพัฒนาความเป็นอยู่ของราษฎร มีความ “พออยู่ พอกิน” โครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริจึงถือกำเนิดขึ้นตั้งแต่ ปี 2488 แนวพระราชดำริเกี่ยวกับเศรษฐกิจแบบพอเพียงที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวพระราชทานผ่านพระราชดำรัส และพระบรมราโชวาทในโอกาสต่าง ๆ ตั้งแต่ ปี 2513 ประกอบด้วยแนวคิดสำคัญอันเป็นแนวทางที่จะยังผลให้ประเทศรอดพ้นจากวิกฤตการณ์ทางเศรษฐกิจที่กำลังเกิดขึ้นทั่วโลก ดังต่อไปนี้

ปี 2517 พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวมีพระบรมราโชวาทแก่คณะที่ปรึกษาเยาวชนและเยาวชนดีเด่น ซึ่งเดินทางมารับการอบรม ณ ศูนย์ฝึกอบรม เยาวชนวัยฉกรรจ์ บ้านบางพูน จังหวัดปทุมธานี ดังนี้ “...วิชาการนี้หมายถึง ความรู้ในการทำงานของตน...วิชาอีกอย่างหนึ่งก็คือวิชาที่จะทำให้ผลผลิตของตนเอง เกษตรกรรมก็ตาม ทางอุตสาหกรรมก็ตามให้เกิดเป็นผล ได้แก่ การค้าขาย แลก

เปลี่ยนสิ่งที่ผลิตได้ ที่ได้ทำขึ้นได้โดยมากก็ขายเป็นเงิน แต่บางทีก็แลกเปลี่ยนเป็นสิ่งของ เช่น ผู้ที่ปลูกพืชพันธุ์ได้มากเหลือเกินก็นำไปขายและไปแลกข้าว เราก็มีข้าวรับประทานมีพออยู่ พอกิน เรื่องนี้ก็ต้องรู้เหมือนกันในการแลกเปลี่ยนสิ่งของ และการแลกเปลี่ยนสิ่งของนั้นก็ต้องให้ได้ประโยชน์ทุกฝ่าย...” และได้พระราชทานพระราชดำรัสชี้แนวทางการดำรงชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงแก่ชาวไทย ดังพระบรมราโชวาท ในพิธีพระราชทานปริญญาบัตรปี 2517 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ณ หอประชุม มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ดังนี้ “...การพัฒนาประเทศจำเป็นต้องทำตามลำดับขั้น ต้องสร้างพื้นฐาน คือความพอมีพอกิน พอใช้ของประชาชนส่วนใหญ่เป็นเบื้องต้นก่อน โดยใช้วิธีการและใช้อุปกรณ์ที่ประหยัด แต่ถูกต้องตามหลักวิชา เมื่อได้พื้นฐานมั่นคงพร้อมพอควรและปฏิบัติได้แล้ว จึงค่อยสร้างค่อยเสริมความเจริญและฐานะเศรษฐกิจขั้นที่สูงขึ้นโดยลำดับต่อไป หากมุ่งแต่จะทุ่มเทสร้างความเจริญ ยกเศรษฐกิจขึ้นให้รวดเร็วแต่ประการเดียว โดยไม่ให้แผนปฏิบัติการสัมพันธ์กับสภาวะของประเทศและของประชาชนโดยสอดคล้องด้วย ก็จะเกิดความไม่สมดุลในเรื่องต่าง ๆ ขึ้น ซึ่งอาจกลายเป็นความยุ่งยากล้มเหลวได้ในที่สุด...”

นอกจากนี้จากกระแสพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ซึ่งได้พระราชทานแนวพระราชดำริเกี่ยวกับเศรษฐกิจแบบพอเพียง แก่คณะบุคคลต่าง ๆ ที่เข้าเฝ้าฯ ถวายชัยมงคลในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา เพื่อเป็นแนวทางให้ประชาชนชาวไทยน้อมรับไปเป็นแนวปฏิบัติในการดำรงชีวิตเพื่อแก้ไขปัญหาด้านเศรษฐกิจได้ระดับหนึ่ง ณ ศาลาดุสิดาลัย สวนจิตรลดาฯ พระราชวังดุสิต ดังตัวอย่าง พระราชดำรัส ปี 2517 “...คนอื่นจะว่าอย่างไรก็ช่างเขา จะว่าเมืองไทยล้าสมัยว่าเมืองไทยเชย ว่าเมืองไทยไม่มีสิ่งที่มีสมัยใหม่ แต่เราอยู่พอมีพอกิน และขอให้ทุกคนมีความปรารถนาที่จะให้เมืองไทย พออยู่พอกิน มีความสงบ และทำงานตั้งจิตอธิษฐานตั้งปณิธาน ในทางนี้ที่จะให้เมืองไทยอยู่แบบพออยู่พอกิน ไม่ใช่จะรุ่งเรืองอย่างยอด แต่ว่ามีความพออยู่พอกิน มีความสงบเปรียบเทียบกับประเทศอื่นๆ ถ้าเรารักษาความพออยู่พอกินนี้ได้ เราก็จะยอดยิ่งยวด...” พระราชดำรัส ปี 2539 “...การจะเป็นเช่นนั้นไม่สำคัญ สำคัญอยู่ที่เรามีเศรษฐกิจแบบพอมีพอกิน แบบพอมีพอกินนั้นหมายความว่า อุ้มชูตัวเองได้ ให้พอเพียงกับตนเอง ความพอเพียงนี้ไม่ได้หมายความว่าทุกครอบครัวจะต้องผลิตอาหารของตัวเอง จะต้องทอผ้าใส่เอง อย่างนั้นมันเกินไป แต่ว่าในหมู่บ้านหรือในอำเภอจะต้องมีความพอเพียงพอสมควร บางสิ่งบางอย่างผลิตได้มากกว่าความต้องการก็ขายได้ แต่ขายในที่ไม่ห่างไกลเท่าไร ไม่ต้องเสียค่าขนส่งมากนัก...” พระราชดำรัส ปี 2540 “...ที่พูดกลับไปกลับมาในเรื่องการค้าการบริโภคน การผลิตและการขายนี้ ก็นึกว่าท่านทั้งหลายกำลังคลุ้มใจในวิกฤตการณ์ ตั้งแต่คนที่ไม่มีเงินน้อย จนกระทั่งคนที่มีเงินมาก ล้วนเดือดร้อน แต่ถ้าสามารถที่จะเปลี่ยนไป ทำให้กลับเป็นเศรษฐกิจแบบพอเพียง ไม่ต้องทั้งหมดแม้แต่ครึ่งก็ไม่ต้องอาจจะสักเศษหนึ่งส่วนสี่ก็จะสามารถอยู่ได้ การแก้ไขอาจจะต้องใช้เวลาไม่ใช่ง่าย ๆ โดยมากคนก็ใจร้อน เพราะเดือดร้อน แต่ว่าถ้าทำตั้งแต่เดี๋ยวนี้ก็สามารถที่แก้ไขได้...” พระราชดำรัส ปี 2541 “....คำว่า พอเพียง มีความหมายอีกอย่างหนึ่ง มีความ

หมายกว้างออกไปอีก ไม่ได้หมายถึง การมีพอสำหรับใช้เองเท่านั้น แต่มีความหมายว่าพอมีพอกิน... เศรษฐกิจพอเพียงนี้กว้างขวางกว่า Self sufficiency คือ Self sufficiency นั้นหมายความว่าผลิตอะไรมีพอที่จะใช้ ไม่ต้องไปขอซื้อคนอื่น อยู่ได้ด้วยตนเอง...พึ่งตนเอง ที่เขาเรียกว่า ยืนบนขาของตนเอง ซึ่งแปลว่าพึ่งตนเอง หมายความว่า สองขาของเรานี้ยืนบนพื้นให้อยู่ได้ไม่หกล้ม ไม่ต้องไปขอยืมขาของคนอื่นมาใช้สำหรับยืน...แต่พอเพียงนี้มีความหมายกว้างขวางยิ่งกว่านี้อีก คือ คำว่า พอ ก็เพียงพอ เพียงนี้ก็พอ ดังนั้นเองคนเราถ้าพอในความต้องการก็มีความโลภน้อย เมื่อมีความโลภน้อย ก็เบียดเบียนคนอื่นน้อย...” พระราชดำรัส ปี 2542 “...ขอทุกคนมีความปรารถนาที่จะให้เมืองไทยอยู่พอกิน มีความสงบและทำงานตั้งอธิษฐาน ตั้งปณิธานในทางนี้ ที่จะให้เมืองไทยอยู่แบบพอกิน ไม่ใช่จะรุ่งเรืองอย่างยอด แต่มีความพออยู่พอกิน มีความสงบเปรียบเทียบกับประเทศอื่นๆ ถ้าเรารักษาความพออยู่พอกินนี้ได้เราก็จะชดเชยได้... ฉะนั้นถ้าทุกท่านซึ่งถือว่าเป็นผู้มีความคิดและมีอิทธิพลมีพลังที่จะทำให้ผู้อื่น ซึ่งมีความคิดเหมือนกัน ช่วยกันรักษาส่วนรวมให้อยู่ดีกินดีพอสมควร ขออย่าพอควรพออยู่พอกิน มีความสงบไม่ให้อื่นมาแย่งคุณสมบัตินี้ จากเราไปได้ ก็จะเป็นของขวัญวันเกิดที่ถาวรที่มีคุณค่าอยู่ตลอดเวลา...”

หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมีความสำคัญในช่วงปี 2540 ซึ่งเป็นช่วงที่ประเทศไทยต้องประสบปัญหาภาวะทางเศรษฐกิจ และต้องการรักษาความมั่นคงและเสถียรภาพ เพื่อที่จะยืนหยัดในการไม่พึ่งพาผู้อื่น และพัฒนานโยบายที่สำคัญเพื่อการฟื้นฟูเศรษฐกิจของประเทศ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวมีพระราชดำริว่า “ไม่มีความจำเป็นที่เราจะกลายเป็นประเทศอุตสาหกรรมใหม่ พระองค์ได้ทรงอธิบายว่า ความพอเพียงและการพึ่งตนเอง คือ ทางสายกลางที่จะป้องกันการเปลี่ยนแปลงความไม่มั่นคงของประเทศได้ เศรษฐกิจพอเพียงเป็นปรัชญาที่ยึดหลักทางสายกลาง ที่ชี้แนวทางการดำรงอยู่และปฏิบัติของประชาชนในทุกระดับให้ดำเนินไปในทางสายกลาง มีความพอเพียงและมีความพร้อมที่จะจัดการต่อผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลง ซึ่งจะต้องอาศัยความรอบรู้ รอบคอบ และระมัดระวังในการวางแผนและดำเนินการทุกขั้นตอน ทั้งนี้เศรษฐกิจพอเพียงเป็นการดำเนินชีวิตอย่างสมดุลและยั่งยืน เพื่อให้สามารถอยู่ได้แม้ในโลกโลกาภิวัตน์ที่มีการแข่งขันสูง เศรษฐกิจพอเพียงจะสามารถปรับเปลี่ยนโครงสร้างทางสังคมของชุมชนให้ดีขึ้น โดยมีปัจจัย 2 อย่างคือ 1.) การผลิตจะต้องมีความสัมพันธ์กันระหว่างปริมาณผลผลิตและการบริโภค 2.) ชุมชนจะต้องมีความสามารถในการจัดการทรัพยากรของตนเอง

ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวได้พระราชทานเพื่อเป็นแนวทางการพัฒนาประเทศและการแก้ไขปัญหาเศรษฐกิจของประเทศ ให้สามารถดำรงอยู่ได้อย่างมั่นคงและยั่งยืนในกระแสโลกาภิวัตน์และความเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ในที่สุดสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติได้เชิญผู้ทรงคุณวุฒิทางเศรษฐกิจและสาขาอื่น ๆ มาร่วมกันประมวลและ

กัตถ์นกรองพระราชดำรัสเรื่องเศรษฐกิจพอเพียง เพื่อบรรจุในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 9 (พ.ศ. 2545 - 2549) มาเป็นปรัชญานำทางในการพัฒนาประเทศโดยยึดทางสายกลางอยู่บน พื้นฐานของความพอประมาณ พอดี และความสมดุลอย่างมีเหตุผล นำไปสู่สังคมที่มีคุณภาพทั้งทาง เศรษฐกิจ สังคมและการเมือง มีศักยภาพในการพึ่งตนเอง มีภูมิคุ้มกันและรู้เท่าทันกระแสการ เปลี่ยนแปลงในโลกาภิวัตน์ และต่อมาได้ใช้เป็นกรอบแนวความคิดและทิศทางการพัฒนาระบบ เศรษฐกิจมหภาค ในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10 (พ.ศ. 2550 - 2559) เพื่อมุ่งสู่ การพัฒนาที่สมดุล ยั่งยืน และมีภูมิคุ้มกัน เพื่อความอยู่ดีมีสุข มุ่งสู่สังคมที่มีความสุขอย่างยั่งยืน หรือที่ เรียกว่า " สังคมสีเขียว " (Green Society) ไม่นั่นเรื่องตัวเลขการเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจ แต่ให้ ความสำคัญต่อระบบเศรษฐกิจแบบทวิลักษณ์ หรือระบบเศรษฐกิจที่มีความแตกต่างกันระหว่าง เศรษฐกิจชุมชนเมืองและชนบท นอกจากนี้แนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ได้ถูกบรรจุในรัฐธรรมนูญ แห่งราชอาณาจักรไทย พุทธศักราช 2550 ในส่วนที่ 3 แนวนโยบายด้านการบริหารราชการแผ่นดิน มาตรา 78 (1) ความว่า " บริหารราชการแผ่นดินให้เป็นไปเพื่อการพัฒนาสังคม เศรษฐกิจ และความ มั่นคง ของประเทศอย่างยั่งยืน โดยต้องส่งเสริมการดำเนินการตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงและ คำนึงถึงผลประโยชน์ของประเทศชาติในภาพรวมเป็นสำคัญ "

สุรเกียรติ์ เสถียรไทย รัฐมนตรีกระทรวงต่างประเทศ ได้กล่าวเมื่อวันที่ 24 พฤศจิกายน พ.ศ. 2547 ในการประชุมสุดยอด The Francophonie Ouagadougou ครั้งที่ 10 ที่ Burkina Faso ว่า ประเทศ ไทยได้ยึดแนวทางเศรษฐกิจพอเพียง ควบคู่กับ "การพัฒนาแบบยั่งยืน" ในการพัฒนาประเทศทั้ง ทางด้านการเกษตรกรรม เศรษฐกิจ และการแข่งขัน ซึ่งผลของการยึดหลักปรัชญาในแก้ปัญหาวิกฤต เศรษฐกิจ พ.ศ. 2540 สามารถทำให้ผลิตภัณฑ์มวลรวมภายในประเทศเติบโตได้ถึงร้อยละ 6.7

นอกจากแนวทางการพัฒนาภายในประเทศ การประยุกต์นำหลักปรัชญาเพื่อพัฒนาประเทศ ในต่างประเทศนั้น ประเทศไทยได้เป็นศูนย์กลางการแลกเปลี่ยน ผ่านทางสำนักงานความร่วมมือเพื่อ การพัฒนาระหว่างประเทศ โดยมีหน้าที่ คอยประสานงานรับความช่วยเหลือทางวิชาการด้านต่าง ๆ จากต่างประเทศมาสู่ภาครัฐแล้วถ่ายทอดต่อไปยังภาคประชาชน และยังส่งผ่านความรู้ที่มีไปยัง ประเทศกำลังพัฒนาอื่น ๆ ซึ่งสำนักงานความร่วมมือเพื่อการพัฒนาฯ ได้ถ่ายทอดมา เป็นเวลามากกว่า 5 ปี และประสานกับสำนักงานคณะกรรมการพิเศษเพื่อประสานงาน โครงการอัน เนื่องมาจากพระราชดำริ และคณะอนุกรรมการขับเคลื่อนเศรษฐกิจพอเพียง ต่างชาติให้ความสนใจ เรื่องเศรษฐกิจพอเพียง เพราะพิสูจน์แล้วว่าเป็นสิ่งที่ดีและมีประโยชน์ แต่ละประเทศมีความต้องการ ประยุกต์ใช้ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงไม่เหมือนกัน ขึ้นอยู่กับวิถีชีวิต สภาพภูมิศาสตร์ นอกจากนั้น อติเทพ ภาณุพงศ์ (หนังสือพิมพ์มติชน วันที่ 26 มีนาคม พ.ศ. 2550 ปีที่ 30 ฉบับที่ 10607) เอกอัครราชทูตไทยประจำกรุงเวียนนา ประเทศออสเตรียได้กล่าวว่า ต่างชาติสนใจเรื่องเศรษฐกิจ

พอเพียง เนื่องจากมาจากพระราชดำริในพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวที่ทรงห่วงใยราษฎรของพระองค์ และทราบสาเหตุที่รัฐบาลไทยนำมาเป็นนโยบาย ส่วนประเทศที่พัฒนาแล้วก็ต้องการศึกษาเพื่อนำไปช่วยเหลือประเทศอื่น โดยผู้แทนจากประเทศต่างๆ ทั้งเจ้าหน้าที่ปฏิบัติงาน เจ้าหน้าที่ฝ่ายนโยบาย จนถึงระดับปลัดกระทรวง และรัฐมนตรีประจำกระทรวงต่าง ๆ ได้มาดูงานของไทย

ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงนี้ ได้รับการเชิดชูสูงสุดจากสหประชาชาติ (UN) ว่าเป็นปรัชญาที่มีประโยชน์ต่อประเทศไทยและนานาประเทศ ได้สนับสนุนให้ประเทศสมาชิกยึดเป็นแนวทางสู่การพัฒนาแบบยั่งยืน และเริ่มใช้เป็นมาตรวัดคุณภาพชีวิตในการวัดความเจริญของแต่ละประเทศ แทนอัตราผลิตภัณฑ์มวลรวมภายในประเทศ ซึ่งกล่าวถึงแต่ความเจริญทางเศรษฐกิจเท่านั้น ทั้งนี้ เลขาธิการองค์การสหประชาชาติ โคฟี อันนัน ได้ทูลเกล้าฯ ถวายรางวัลความสำเร็จสูงสุดด้านการพัฒนามนุษย์ (The Human Development Lifetime Achievement Award) แก่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เมื่อ 26 พฤษภาคม 2549 ต่อมาปี 2550 มีการนำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงไปเผยแพร่เป็นภาษาอังกฤษใน 135 ประเทศ ผ่านองค์กรยูเอ็นดีพี เอเชียแปซิฟิก เพื่อลดผลกระทบของกระแสโลกาภิวัตน์ โดยมีนักวิชาการและนักเศรษฐศาสตร์หลายคนเห็นด้วยกับแนวทางเศรษฐกิจพอเพียง อาทิ 1.) วูล์ฟกัง ซัคส์ นักวิชาการด้านสิ่งแวดล้อม ชาวเยอรมนี กล่าวว่าหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเป็นอีกทางเลือกหนึ่งสำหรับทุกชาติในเวลานี้ และมีแนวคิดผลักดันเศรษฐกิจพอเพียงให้เป็นที่รู้จักในประเทศเยอรมัน 2.) อมาตยา เซน ชาวอินเดีย เจ้าของรางวัลโนเบลสาขาเศรษฐศาสตร์ ปี ค.ศ. 1998 กล่าวว่า ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเป็นการใช้สิ่งต่างๆ ที่จำเป็นต่อการดำรงชีพ และเป็นการมองที่คุณค่าของชีวิตมนุษย์ 3.) จิกมี ทินเลย์ นายกรัฐมนตรีแห่งประเทศภูฏาน ให้ทรงทราบว่า หากประเทศไทยกำหนดเรื่องเศรษฐกิจพอเพียงให้เป็นวาระระดับชาติ และดำเนินตามแนวทางนี้ ประเทศไทยจะสามารถสร้างโลกใบใหม่จากหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง สร้างชีวิตที่ยั่งยืน และจะเป็นหลักการและแนวปฏิบัติของโลก ซึ่งหากทำได้สำเร็จ "ไทยก็คือผู้นำ" (หนังสือพิมพ์มติชน วันที่ 24 ตุลาคม พ.ศ. 2551 ปีที่ 31 ฉบับที่ 11185)

กรอบแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเป็นปรัชญาที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวพระราชทานพระราชดำริชี้แนะแนวทางการดำเนินชีวิตแก่พสกนิกรชาวไทยมาโดยตลอดนานกว่า 30 ปี ตั้งแต่ก่อนเกิดวิกฤตการณ์ทางเศรษฐกิจ และเมื่อภายหลังได้ทรงเน้นย้ำแนวทางที่สมดุล โดยประเทศสามารถทันสมัยและก้าวสู่ความเป็นสากลได้ โดยปราศจากการต่อต้านกระแสโลกาภิวัตน์และการอยู่ร่วมกันของทุกคนในสังคม สามารถดำรงอยู่ได้ภายใต้กระแสโลกาภิวัตน์ ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเป็นพื้นฐานของการดำรงชีวิต ตั้งอยู่บนพื้นฐานของการปฏิบัติบนทางสายกลางและความไม่ประมาท โดยคำนึงถึงความพอประมาณ ความมีเหตุผล การสร้างภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว ตลอดจนใช้ความรู้ ความ

รอบคอบ และคุณธรรม ประกอบการวางแผน การตัดสินใจ และการกระทำ (ลีลาภรณ์ บัวสาย ; บรรณาธิการ, 2549 , 9-11) ดังภาพประกอบ 3



ภาพประกอบ 3 กรอบแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง 3 ห่วง 2 เงื่อนไข

1. แนวคิด เป็นปรัชญาที่ชี้แนะแนวทางการดำรงอยู่ และปฏิบัติตนในทางที่ควรจะเป็น โดยมีพื้นฐานมาจากวิถีชีวิตดั้งเดิมของสังคมไทย เป็นการมองโลกเชิงระบบที่มีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา มุ่งเน้นการรอดพ้นจากภัย และวิกฤต เพื่อความมั่นคงและความยั่งยืนของการพัฒนา สามารถนำมาประยุกต์ใช้กับการปฏิบัติตนได้ในทุกระดับ โดยเน้นการปฏิบัติบนทางสายกลางและการพัฒนาอย่างเป็นขั้นตอน

2. หลักการ ความพอเพียงประกอบด้วยคุณลักษณะ 3 ประการ ดังนี้

2.1 ความพอประมาณ (Moderation) หมายถึง ความพอดีที่ไม่น้อยไม่มากเกินไป พร้อมกับกับก้าวหน้าโลกในยุคโลกาภิวัตน์ และไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่นในด้านต่างๆ เช่น ความพอดีด้านจิตใจ ได้แก่ เข้มแข็ง มีจิตสำนึกที่ดี เอื้ออาทร ประนีประนอม นึกถึงประโยชน์ส่วนรวม ความพอดีด้านสังคม ได้แก่ ช่วยเหลือเกื้อกูล รู้รักสามัคคี สร้างความเข้มแข็งให้ครัวเรือนและชุมชน ปราศจากการเบียดเบียน และการเอารัดเอาเปรียบ ความพอดีด้านวัฒนธรรม ได้แก่ มีวิถีชีวิตที่เรียบง่าย ประหยัด อุดม ไม่ตกเป็นทาสของอบายมุข ความพอดีด้านทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ได้แก่ รู้จักใช้และจัดการอย่างฉลาดและรอบคอบใช้อย่างคุ้มค่าเกิดประโยชน์สูงสุดและเกิดความยั่งยืน พร้อมกับการอนุรักษ์และพัฒนาทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมด้วย ความพอดีด้าน

เทคโนโลยี ได้แก่ รู้จักใช้เทคโนโลยีที่เหมาะสมและสอดคล้องต่อความต้องการ เป็นประโยชน์ต่อสภาพแวดล้อมและเกิดประโยชน์ต่อส่วนรวม และพัฒนาจากภูมิปัญญาชาวบ้าน ความพอดีด้านเศรษฐกิจ ได้แก่ ประกอบสัมมาชีพด้วยความขยันหมั่นเพียร เพิ่มรายได้ ลดรายจ่าย ดำรงชีวิตอย่างพอควร พออยู่ พอกิน สมควรตามอัตภาพและฐานะของตนเอง พึ่งตนเองได้ ไม่มีหนี้สิน

2.2 ความมีเหตุผล (Reasonableness) หมายถึง การตัดสินใจและลงมือปฏิบัติกิจกรรมต่างๆเกี่ยวกับระดับของความพอเพียง จะต้องเป็นไปอย่างมีเหตุผล โดยพิจารณาจากเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ตลอดจนคำนึงถึงผลที่คาดว่าจะเกิดขึ้นจากการกระทำนั้น ๆ อย่างรอบคอบ เช่น ยึดความประหยัด ตัดทอนค่าใช้จ่ายในทุกด้าน ลดความฟุ่มเฟือยในการดำรงชีพ ยึดถือการประกอบอาชีพด้วยความถูกต้อง สุจริต แม้จะตกอยู่ในภาวะขาดแคลนในการดำรงชีพ ปฏิบัติตนในแนวทางที่ดี ลดเลิก สิ่งชั่วกิเลสให้หมดสิ้นไป ไม่ก่อความชั่วให้เป็นเครื่องทำลายตัวเองและผู้อื่น ละเลิกการแย่งผลประโยชน์ และแข่งขันในทางด้านการค้าขาย ประกอบอาชีพแบบต่อสู้กันอย่างรุนแรง ไม่หยุดนิ่งหาทางให้ชีวิตหลุดพ้นจากความทุกข์

2.3 การมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว (Self-immunity) หรือการเตรียมพร้อมรองรับการแก้ปัญหาต่างๆที่อาจเกิดขึ้น หมายถึง การสร้างหรือเตรียมตัวด้วยการหาข้อมูลข่าวสารหรือศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมตลอดเวลาเพื่อให้มีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว มีพื้นฐานหรือความพร้อมมากเพียงพอที่จะรู้เท่าทันต่อผลกระทบ และการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ที่คาดว่าจะเกิดขึ้นในอนาคต โดยคำนึงถึงความเป็นไปได้ของสถานการณ์ต่าง ๆ ด้วยความไม่ประมาท รวมทั้งมีความยืดหยุ่นในการปรับตัวต่อสถานการณ์ทั้งหลายในอนาคตทั้งใกล้และไกล

3. เงื่อนไข การตัดสินใจและการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ให้อยู่ในระดับพอเพียงนั้น ให้อยู่ภายใต้เงื่อนไขการเสริมสร้างคุณภาพของคนทั้งด้านวัตถุและจิตใจ ต้องอาศัยทั้งความรู้ และคุณธรรมเป็นพื้นฐาน กล่าวคือ

3.1 เงื่อนไขความรู้ ประกอบด้วย ความรอบรู้เกี่ยวกับวิชาการต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องอย่างรอบด้าน ความรอบคอบและความระมัดระวังที่จะนำความรู้เหล่านั้นมาพิจารณาให้เชื่อมโยงกัน เพื่อประกอบการวางแผน และความระมัดระวังในขั้นปฏิบัติ

3.2 เงื่อนไขคุณธรรม ประกอบด้วย ความตระหนักในคุณธรรม ความซื่อสัตย์สุจริต ความอดทน ความเพียร และใช้สติปัญญาในการดำเนินชีวิต

4. เป้าประสงค์ จากการนำปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ คือ การพัฒนาที่สมดุลและยั่งยืน พร้อมรับต่อการเปลี่ยนแปลงในทุกด้าน ทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อม ความรู้ และ

เทคโนโลยี ไม่ทำลายทรัพยากรธรรมชาติ สิ่งแวดล้อม วัฒนธรรม ภูมิปัญญา และวิถีชีวิตท้องถิ่นที่ดีงาม

5. แนวทางปฏิบัติ กระบวนการสร้างความรู้ คุณธรรม จริยธรรม และค่านิยมที่พึงประสงค์ ผ่านกิจกรรมการเรียนรู้ตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง มีหลักปฏิบัติตามแนวเศรษฐกิจพอเพียง คือ 1) ประชาชนสามารถทำมาหากิน พึ่งพาตัวเองได้ 2) การพิจารณาถึงความพอดี พอเหมาะ พอควร สมเหตุสมผล การไม่ยึดติดกับเทคโนโลยีหรือกระแสภายนอกมากเกินไป แต่อาศัยภูมิปัญญา และทรัพยากรภายในชาติ ทำให้มีรากฐานทางเศรษฐกิจที่มั่นคง 3) การสร้างความสามัคคีให้เกิดขึ้น บนพื้นฐานของความสมดุล 4) ความครอบคลุมทั้งทางด้านจิตใจ สังคม เทคโนโลยี ทรัพยากร ธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม (สถาบันพัฒนาคุณภาพวิชาการ ในเอกสารประกอบการอบรมเรื่องการ พัฒนาคุณธรรมจริยธรรมตามแนวเศรษฐกิจพอเพียง)

ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเป็นปรัชญาหลักในการดำรงชีวิต สอดคล้องตามกฎธรรมชาติ กฎแห่งความเป็นเอกภาพและดุลยภาพ สามารถนำมาใช้ในชีวิตประจำวัน สามารถใช้ได้กับคนในทุก ระดับ ทุกอาชีพ ความอยู่เย็นเป็นสุขจะเกิดขึ้นได้ต้องอยู่บนความมีพอดี กินพอดี เป็นพอดี อยู่พอดี ชีวิตมีความสมดุล ไม่สุดโต่งไปทางใดทางหนึ่ง การมีรายได้ที่พอมีพอใช้ สร้างภูมิคุ้มกันในการใช้จ่าย ใช้เงินไม่เกินตัว ให้พอดีกับรายได้ที่มี สามารถพึ่งพาตนเองได้ ไม่ไปกู้หนี้ยืมสินใคร มีความขยันหมั่นเพียร อดทน ซื่อสัตย์ สุจริต ไม่คดโกงใคร ไม่มุงแสวงหาทรัพย์สินจนเกินพอดี สร้างความมั่นคงเข้มแข็งให้แก่สังคมและเศรษฐกิจ รู้จักช่วยเหลือผู้อื่น แบ่งปันสิ่งของให้ผู้อื่นบ้าง ทำให้เกิดการ จัดสรรทรัพยากรอย่างพอประมาณ สามารถแก้ไขปัญหาทางเศรษฐกิจที่เกิดขึ้นได้เป็นอย่างดี ดังตัวอย่างการปฏิบัติตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียง

1. ด้านเศรษฐกิจ

1.1 รู้จักควบคุมใช้จ่ายของตนเอง ใช้จ่ายอย่างมีเหตุผล ใช้จ่ายพอประมาณ ใช้จ่ายอย่างประหยัด ใช้จ่ายเท่าที่จำเป็น ฯลฯ ลดการใช้น้ำมันโดยการมาใช้รถโดยสารประจำทาง หรือหันมาใช้รถจักรยาน ให้เปิดเครื่องปรับอากาศที่อุณหภูมิ 25 องศาเซลเซียส หรือหันมาใช้พัดลมแล้วเปิดหน้าต่างแทนจะช่วยประหยัด

1.2 รู้จักออมเงิน เรียนรู้ระบบการฝากเงิน เรียนรู้ระบบออมเงิน เรียนรู้ระบบสหกรณ์

1.3 รู้จักสร้างรายได้หรืออาชีพ สร้างรายได้หรืออาชีพสอดคล้องกับความต้องการ สอดคล้องกับสังคม ภูมิปัญญาท้องถิ่น ทรัพยากรท้องถิ่น ฯลฯ

2. ด้านสังคม รู้จักช่วยเหลือสังคมหรือชุมชน ปลูกจิตสำนึกสาธารณะ ปลูกฝังความสามัคคี ความเสียสละ เผยแพร่องค์ความรู้เศรษฐกิจพอเพียง ฯลฯ

2.1 มีการแลกเปลี่ยนสินค้าระหว่างชุมชน

2.2 เกิดความร่วมมือในชุมชน

2.3 ชุมชนเข้มแข็ง เพราะไม่ต้องทิ้งถิ่นฐานบ้านเกิดไปทำงานที่อื่น

2.4 การประกอบอาชีพด้วยความสุจริตทำให้สังคมสงบสุข

3. ด้านสิ่งแวดล้อม

3.1 รักษาสมดุลของระบบนิเวศ สร้างสมดุลของทรัพยากรธรรมชาติ ปลูกจิตสำนึกรักสิ่งแวดล้อม ฟื้นฟูแหล่งเสื่อมโทรมในท้องถิ่น ดูแลสถานที่ท่องเที่ยวในท้องถิ่น ฯลฯ

3.2 ใช้เทคโนโลยีได้อย่างเหมาะสม

3.3 มีการจัดสรรทรัพยากรที่ดี

4. ด้านวัฒนธรรม สืบสานวัฒนธรรมไทย สร้างจิตสำนึกรักชาติ รักบ้านเกิด ฟื้นฟูและอนุรักษ์อาหารท้องถิ่น ดนตรีไทยและเพลงไทย โบราณสถานและโบราณวัตถุ

5. ด้านศาสนา ส่งเสริมศาสนา ปลูกฝังจิตสำนึกความรักชาติ ศาสนา และพระมหากษัตริย์

ดังนั้นเศรษฐกิจแบบพอเพียง จึงหมายถึง การมีเศรษฐกิจและความเป็นอยู่แบบ “พอมี พอกิน พอใช้” โดยการพึ่งตนเอง ช่วยตนเองให้มากที่สุด สามารถเลี้ยงตนเองได้ โดยการยึดหลักความประหยัดและความเรียบง่าย สามารถอยู่ได้โดยไม่เดือดร้อน ไม่ไข่มุ่งหวังแต่จะทุ่มเทสร้างความเจริญ ยกเศรษฐกิจให้รวดเร็วแต่เพียงอย่างเดียว เพราะผู้ที่มีอาชีพและฐานะเพียงพอที่จะพึ่งตนเอง ย่อมสามารถสร้างความเจริญก้าวหน้าและฐานะทางเศรษฐกิจขั้นที่สูงขึ้นไปตามลำดับต่อไปได้

การออม (Saving)

เวลาที่ผ่านมาทิศทางการพัฒนาประเทศที่ขาดความสมดุล ส่งผลให้เศรษฐกิจมีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วโดยขาดพื้นฐานที่มั่นคง นำไปสู่ภาวะความทันสมัยในกระแสโลกาภิวัตน์ ความก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี อิทธิพลของสื่อและการรับวัฒนธรรมต่างชาติเข้ามา โดยขาดการกลั่นกรอง พัฒนาระบบคุณค่าและรูปแบบการบริโภคตามกระแสของคนทั่วโลกที่มีวัฒนธรรมแตกต่างกัน เป็นการครอบงำทางวัฒนธรรม (Cultural domination) และการครอบงำความคิด (Hegemony) ทำให้ความรู้สึกความภาคภูมิใจในชาติลดลง เกิดค่านิยมทางสังคมแบบบริโภคนิยม วัตถุนิยม ให้ความสำคัญแก่วัตถุมากกว่าจิตใจหรือคุณค่าของความเป็นคน วิถีชีวิตที่เป็นไปในทิศทางเดียวกัน นิยมความฟุ้งเฟ้อ แสวงหาความสุขสะดวกสบายได้ถูกปลูกฝังหรือกระตุ้นให้เกิดการใช้จ่ายอย่างเกินตัวในเรื่องที่ไม่เกี่ยวข้องหรือเกินกว่าปัจจัยในการดำรงชีวิต โดยเฉพาะเยาวชน ค่านิยมต่ออาหารตะวันตกว่าทันสมัย นิยมการบริโภคสินค้าฟุ่มเฟือย การใช้สินค้าที่มีราคาสูง นิยมสินค้าจากต่างประเทศ ใช้สินค้าไม่เหมาะสมกับวัยและฐานะ แสดงถึงความไม่ประหยัดของเยาวชนไทย เช่น การใช้โทรศัพท์มือถือ การแต่งตัวตามแฟชั่น ความบันเทิงหลากหลายรูปแบบ เป็นต้น ส่งผลให้รายจ่ายในชีวิตประจำวันสูง ไม่มีเงินพอที่จะตอบสนองความต้องการเหล่านั้น ส่งผลให้เกิดการกู้หนี้ยืมสิน เกิดเป็นวัฏจักรที่ไม่สามารถหลุดออกมาได้ถ้าไม่เปลี่ยนแนวทางในการดำรงชีวิต

ความหมาย

การออม หมายถึง การนำรายได้ส่วนที่เหลือจากการใช้จ่ายเพื่อการบริโภคอุปโภคในขณะปัจจุบันมาเก็บออม โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อเก็บไว้ใช้จ่ายในกิจการอื่นใดที่สมควร (Keynes, 2007)

การออม หมายถึง การสะสมเงินในส่วนที่สามารถนำไปใช้จ่ายได้ในปัจจุบันนี้ เพื่อเก็บไว้ใช้ในอนาคต เป็นการใช้จ่ายอย่างระมัดระวัง ไม่ประมาท ใช้จ่ายอย่างมีเหตุผล หรือตามที่ได้ออกแบบไว้ รู้จักเก็บ รู้จักใช้ เป็นการตระหนักถึงคุณค่าของปัจจัยในการดำรงชีพ เป็นการพัฒนาชีวิตของคนให้รู้ให้คิด และให้ทำในสิ่งดีมีประโยชน์ (ตลาดหลักทรัพย์แห่งประเทศไทย, 2548 หน้า 47)

การออม หมายถึง รายได้เมื่อหักรายจ่ายแล้วจะมีส่วนซึ่งเหลืออยู่ (บริษัทหลักทรัพย์จัดการกองทุนเงิน เอ็ม เอฟ ซี จำกัด มหาชน, 2548)

$$\text{เงินออม (Savings)} = \text{เงินได้ (Incomes)} - \text{เงินใช้ (Expenses)}$$

จากแนวคิดเดิม “ใช้จ่ายก่อน... เหลือเท่าไรค่อยออม” เปลี่ยน มาเป็น “ออมก่อน... เหลือเท่าไรค่อยใช้” นั่นคือ เก็บเงินส่วนหนึ่งของรายได้ให้เพียงพอก่อนนำเงินส่วนที่เหลือจากการเก็บออมไปใช้จ่าย ส่วนเงินออมแต่ละเดือนขึ้นกับปัจจัยของแต่ละคน

$$\text{เงินได้} - \text{เงินออม} = \text{เงินใช้}$$

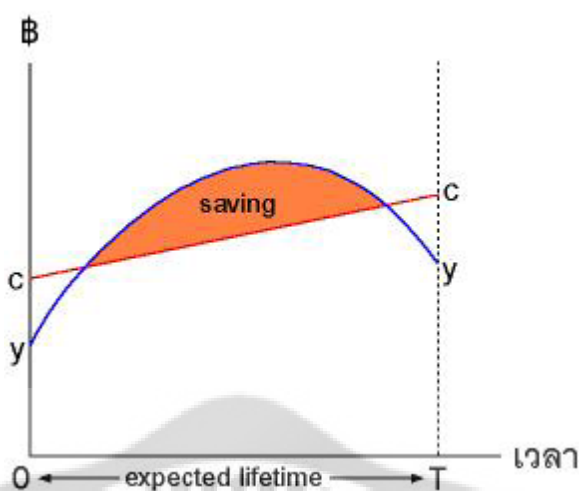
จากความหมายดังกล่าวข้างต้น การออมก่อนใช้เป็นการออมสำหรับผู้ใหญ่ที่มีรายได้ แต่เด็กส่วนใหญ่จะได้เงินสำหรับค่าอาหารและค่าขนม ส่วนค่าใช้จ่ายอื่นๆ เช่น ค่าอุปกรณ์การเรียน ค่าเสื้อผ้า ค่าสาธารณูปโภค ผู้ปกครองเป็นผู้จัดหา การออมสำหรับเด็กจึงควรจำกัดลงไปเฉพาะเงินที่เหลือจากค่าอาหาร ค่าขนม หรือเงินรางวัล เงินจากการทำงานหารายได้พิเศษยามว่าง ดังนั้นการออมสำหรับเด็ก หมายถึง ส่วนที่เหลือจากการใช้ การออมก่อนใช้อาจทำให้เด็กขาดอาหารได้

การออมเป็นกระบวนการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาชีวิต มีองค์ประกอบของความเป็นวัฒนธรรมครบถ้วน ทั้งองค์ความรู้ วิธีปฏิบัติ และผลการปฏิบัติที่มีแบบแผนให้ประโยชน์แก่ผู้ปฏิบัติทั้ง 4 ด้าน คือ ด้านกาย ด้านสังคม ด้านใจ และด้านจิตวิญญาณ คณะรัฐมนตรีมีมติให้วันที่ 31 ตุลาคมของทุกปีเป็น “วันออมแห่งชาติ” เพื่อส่งเสริมการมีนิสัยรักการออม รวมทั้งเพื่อให้ตระหนักถึงความสำคัญและประโยชน์ของการออมเงิน จึงมีความจำเป็นต้องสร้างหรือปลูกฝังวินัยการจัดการทางการเงินในเยาวชนซึ่งเป็นทักษะชีวิตที่สำคัญ วางแผนชีวิตแบบพอเพียง มีจิตสำนึกในเรื่องการใช้จ่าย ปลูกสร้างวัฒนธรรมการออมและวิถีชีวิตที่พอมีพอกิน พออยู่พอใช้ พออกพอใจ เพื่อความสมดุลในชีวิตและพร้อมต่อการรองรับการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและกว้างขวางทั้งด้านวัตถุ สังคม สิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรมจากโลกภายนอกตามแนวพระราชดำริเกี่ยวกับเศรษฐกิจแบบพอเพียง

การออมกับทฤษฎีการบริโภคในวัฏจักรชีวิต (Saving and Life-Cycle Theory of Consumption)(Martin Browning & Thomas F. Crossley, 2001)

การออมของภาคครัวเรือนมีความสำคัญอย่างยิ่งยวดต่อการพัฒนาประเทศในระยะยาว เพราะเป็นที่ยอมรับกันทางทฤษฎีว่า การออมของภาคเอกชนคือตัวจักรสำคัญที่จะช่วยให้ยกระดับรายได้ต่อหัวของประชากรในระยะยาว และมีส่วนช่วยให้เศรษฐกิจมีอัตราการเจริญเติบโตที่ยั่งยืน นักเศรษฐศาสตร์ได้ให้ความสนใจและมีความพยายามอย่างต่อเนื่องในการที่จะเข้าใจถึงพฤติกรรมกรรมการบริโภคและการออมของครัวเรือนในระบบเศรษฐกิจทั้งในระดับมหภาคและในระดับจุลภาค งานวิจัยเรื่องแรกที่ได้มีการศึกษาพฤติกรรมการออมในระบบเศรษฐกิจอย่างครบถ้วนและเป็นระบบ คือ เคนส์ (Keynes ;1936) ตามแนวความคิดของเคนส์ นักเศรษฐศาสตร์ได้มีการศึกษาพฤติกรรมการออมอย่างเป็นระบบ วิเคราะห์ปัจจัยที่มีส่วนในการกำหนดการออมตามแรงจูงใจต่างๆ ซึ่งแรงจูงใจในการออมประกอบด้วย การออมเนื่องจากการวางแผนการใช้จ่ายตามวงจรชีวิต (Life-Cycle Motive) การออมเพื่อเป็นมรดกแก่บุตรหลาน(Bequest Motive) การออมเนื่องจากการเปลี่ยนแปลงรสนิยมการใช้จ่าย (Improvement Motive) การออมเพื่อวางเงินโดยเงินผ่อน (Downpayment Motive) การออมเพื่อการลงทุนทางธุรกิจ (Enterprise Motive) การออมเพื่อป้องกันความไม่แน่นอนในชีวิต (Precautionary Motive) การออมเนื่องจากมีลักษณะนิสัยตระหนี่ (Avarice Motive) และการออมเนื่องความรู้สึกที่ต้องการมีเอกภาพทางการเงิน (Independence Motive) ทฤษฎีทางเศรษฐศาสตร์ที่ใช้อ้างอิงในการอธิบายการออมนับตั้งแต่กลางทศวรรษที่ 1960 เป็นต้นมา (Sachs; & Larrain, 1993) คือ ทฤษฎีการบริโภคในวัฏจักรชีวิต (The life-cycle theory of consumption) ของฟรังโก โมดิกลีอานี และ ริชาร์ด บรูมเบิร์ก (Franco Modigliani & Richard Brumberg ;1954) และสมมติฐานรายได้ถาวรในวัฏจักรชีวิต (Life-cycle Permanent Income Hypothesis) ของมิลตัน ฟรีดแมน (Milton Friedman; 1970) ทั้งสองทฤษฎีมุ่งเน้นการศึกษาเกี่ยวกับการออมในลักษณะปริมาณเงินออมที่วัดจากส่วนต่างระหว่างรายได้กับค่าใช้จ่ายของครัวเรือน ปริมาณเงินออมของระบบเศรษฐกิจหนึ่งจะมีมากน้อยเพียงใดขึ้นอยู่กับอายุและรายได้ของผู้ออม ซึ่งเชื่อว่าปริมาณการใช้จ่ายเพื่อการบริโภคในช่วงเวลาหนึ่งขึ้นกับการคาดคะเนของรายได้ตลอดช่วงอายุขัยทั้งในอดีต ปัจจุบัน และอนาคต หากพิจารณาการกระจายรายได้และปริมาณการใช้จ่ายเพื่อการบริโภคในวัฏจักรชีวิตที่ควรจะเป็นของบุคคลหนึ่งๆ ดังภาพประกอบ 4 จะเห็นได้ว่าการกระจายรายได้ตลอดช่วงอายุมีลักษณะตามเส้น yy คือ ในช่วงชีวิตที่มีอายุน้อยมีรายได้อยู่ในระดับต่ำ เมื่อมีอายุมากขึ้นมีรายได้สูงขึ้น และเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุจะมีรายได้ลดลง ส่วนการกระจายปริมาณการใช้จ่ายเพื่อการบริโภคมีลักษณะตามเส้น cc คือ ปริมาณการใช้จ่ายเพื่อการบริโภคของบุคคลจะสูงขึ้นเป็นลำดับตามอายุ เมื่อเปรียบเทียบระหว่างเส้น yy และ cc พบว่าในช่วงต้นของชีวิต บุคคลจะมีรายได้ไม่เพียงพอต่อการบริโภค ในช่วงกลางของชีวิตเริ่มมีรายได้เหลือจ่าย

สามารถชดใช้หนี้เดิมได้ และเก็บเงินสะสมไว้สำหรับช่วงปลายของชีวิต เงินสะสมส่วนนี้ก็คือส่วนของเงินออมนั่นเอง ดังภาพประกอบ 4



ภาพประกอบ 4 การใช้จ่ายเพื่อการบริโภคในวัฏจักรชีวิต

ที่มา Franco Modigliani and Richard Brumberg, 1954. *Utility Analysis and the Consumption*

Function: An Interpretation of the Cross-Section Data, in *Post-Keynesian Economics*. Eds: Kenneth Kuhihara, New Brunswick, NJ: Rutgers University Press.

จะเห็นได้ว่าเมื่อผู้บริโภครายได้ของตนจะลดลงในอนาคต บุคคลก็จะทำการออมเงินในปัจจุบันเพื่อรักษาระดับการบริโภคไว้ในอนาคต (Consumption Smoothing) ดังนั้นการปรับเปลี่ยนเจตคติและสร้างจิตสำนึกในการออมเพื่อประโยชน์ในอนาคต เป็นการสร้างความสุขและความสมดุลในชีวิตโดยเน้นการออมเป็นประจำสม่ำเสมอ (Contractual Savings)

หลักในการออม การออมเป็นการเก็บเงินส่วนหนึ่งของรายได้ไว้ และนำมาใช้จ่ายเมื่อจำเป็น เป็นการสร้างคุณค่าและการพัฒนาตนเอง สร้างความมั่นคงส่วนบุคคล ยกกระดับมาตรฐานการครองชีพ ไม่ใช่เป็นไปเพื่อการสร้างความมั่งคั่ง ร่ำรวย แต่การไม่ใช้จ่ายเพื่อประโยชน์ตนเองและครอบครัวไม่ใช่การออม เป็นการตระหนี่ถี่เหนียว ดังนั้นการรู้จักบริหารเงินของตัวเอง วางแผนการออม และแผนการใช้จ่ายเงินถือเป็นทักษะชีวิตที่สำคัญ ควรมีการปลูกฝังให้เยาวชนมีวินัยทางการเงิน รู้จักวิธีการเก็บออมอย่างชาญฉลาด รู้จักใช้จ่ายอย่างประหยัด รู้จักใช้จ่ายเพื่อการบริโภคอย่างรอบคอบและสมเหตุสมผล ใช้จ่ายเงินเป็นและเหมาะสมกับการดำรงชีวิตแก่ตนเอง ดังนี้

1. ลงมือเก็บออมโดยไม่มีเงื่อนไข ห้ามผัดวันประกันพรุ่ง
2. วางแผนการใช้จ่ายเงินอย่างสม่ำเสมอ ประหยัดเท่าที่จำเป็นไม่ฟุ่มเฟือย รัคคุมและเป็นไปได้ตามสภาพของครอบครัว รู้จักเลือกซื้อของที่ราคาประหยัดเหมาะสมกับฐานะของตน มีเงินติดตัว

เพียงเท่าที่จำเป็นใช้ หากมีความต้องการใช้จ่ายนอกแผน จะมีเวลาวิเคราะห์อย่างถี่ถ้วนไม่สามารถจ่ายเงินซื้อได้ทันที

3. ลดรายจ่าย รายจ่ายแต่ละอย่างมีระดับความสำคัญไม่เท่ากัน ควรใช้จ่ายกับสิ่งที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตก่อน เช่น ค่าอาหาร ค่าที่อยู่อาศัย และพยายามลดรายจ่ายที่ไม่จำเป็น

4. ใช้เงินน้อยกว่าที่หาได้เสมอ และกันเงินส่วนหนึ่งไว้สำหรับอนาคต

5. จัดบันทึกบัญชีรับ-จ่ายเพื่อตรวจสอบการใช้จ่าย วิธีนี้จะช่วยให้รู้ว่าเราหมดเงินไปกับรายจ่ายประเภทไหนบ้าง และเลือกตัดตอนรายจ่ายส่วนใดออกได้บ้าง

6. เพิ่มรายได้ นอกจากการออมเงินแล้ว ควรมีการเพิ่มรายได้จากการออม การฝากเงินกับธนาคาร การซื้อพันธบัตรรัฐบาล เป็นวิธีการเพิ่มรายได้จากการออม

รู้จักตน	ฝึกฝนให้ประหยัด	ใช้หลักธรรมาชีวิต		คิดเก็บออม
		* สัจจะ (จริงใจ ซื่อสัตย์)		* วางแผนการออม
* วิเคราะห์รายรับ- รายจ่ายตนเอง / ครอบครัว	* รู้สิทธิผู้บริโภค * คิดก่อนซื้อ * ซื้อแล้วใช้อย่าง ประหยัด	* ทมะ (ข่มใจ) * ขันติ (อดทน)		* กำหนดเป้าหมาย และวัตถุประสงค์ * ทำตามแผน * เลือกวิธีออมที่ ฉลาด

ภาพประกอบ 5 การวางแผนการออมด้วยบันได 4 ขั้น (สำนักบริหารยุทธศาสตร์และบูรณาการการศึกษาที่ 8)

นอกจากการออม การรู้จักใช้จ่ายเงินอย่างรู้คุณค่าก็เป็นสิ่งจำเป็น เพื่อสร้างสมดุลระหว่างการออมและการใช้จ่ายเงิน การวางแผนการใช้จ่ายเงินอย่างรู้คุณค่าและเกิดประโยชน์สูงสุด เป็นตัวอย่างการลดรายจ่ายเพื่อการออม ดังนี้

1) การซื้ออย่างฉลาด คือ การซื้อสิ่งของที่ มีต้นทุนต่อหน่วยต่ำ มีราคาเหมาะสมกับคุณภาพ และประสิทธิภาพของสินค้า ซื้อสินค้าตามความจำเป็นที่จะต้องใช้งาน ไม่ซื้อสิ่งของหรือสินค้าฟุ่มเฟือยโดยไม่จำเป็น เช่น ซื้อเพราะเห็นเพื่อน ๆ มีใช้ ต้องการของแถม ต้องการให้ทันสมัยไม่ตกุ่น เป็นต้น

2) การใช้สิ่งของอย่างฉลาด คือ การใช้สิ่งของต่าง ๆ ที่มีอยู่แล้วให้เกิดประโยชน์สูงสุด การรู้จักบำรุงรักษาสินค้าของเครื่องใช้ต่าง ๆ ที่มีอยู่ให้สามารถใช้งานได้ถูกวิธีและใช้อย่างประหยัด รวมทั้งการประหยัดจะช่วยลดค่าใช้จ่ายได้มาก และเป็นการช่วยให้เกิดเงินออมเพิ่มขึ้น เช่น การประหยัดไฟ ประหยัดน้ำ ประหยัดค่าโทรศัพท์ ประหยัดน้ำมัน

ตัวอย่างการใช้จ่ายอย่างฉลาด

1) คิดก่อนจ่าย ใช้เงินให้เป็น ใช้จ่ายซื้อสินค้าอย่างคุ้มค่า วางแผนการใช้จ่ายให้เพียงพอ ได้ประโยชน์สูงสุด ไม่สูญเปล่า โดยให้ความสำคัญกับสิ่งที่จำเป็น มากกว่าสิ่งฟุ่มเฟือย หลีกเลี่ยงการซื้อตามใจชอบ ตลอดจนการนำของเดิมมาปรับใช้ คัดแปลง ต่อเติม หรือซ่อมแซม ทำให้มีคุณค่า

2) เข้าใจทางเลือกและตัดสินใจเลือกซื้อสิ่งที่มีคุณค่ามากที่สุด ตั้งงบประมาณซื้อสินค้าที่ต้องการ สำรวจสินค้า ราคา ตรวจสอบคุณภาพสินค้า ปริมาณ การดูแลรักษา การรับประกันสินค้า และเรื่องอื่นๆ ที่ผู้บริโภคควรพิจารณา ก่อนจะตัดสินใจซื้อ และให้ความสำคัญของการเก็บใบเสร็จ หรือใบรับประกัน รอเวลาเมื่อสินค้านั้นมีราคาถูกลง หรือซื้อสินค้าตามฤดูกาล เทศกาล วาระต่างๆ ตลอดจนการพิจารณาจาก “ตัวเลือก” (Spending-by-choice) โดยคำนึงถึง “ความคุ้มค่า” มากที่สุด และตรงกับ “ความต้องการ” ที่สุด จึงตัดสินใจเลือกซื้อสินค้านั้น

3) ให้ความสำคัญกับการใช้จ่ายเกินตัว เรื่องหนี้สิน และแนวทางแก้ปัญหา ควรตระหนักในเรื่องอันตรายของการใช้จ่ายเกินตัว หนี้สิน ซึ่งจะนำมาสู่วิกฤติทางการเงิน เช่น ลดค่าใช้จ่ายที่ไม่จำเป็น หรือแบ่งเงินส่วนหนึ่งไปจ่ายหนี้

การบันทึกบัญชีรับ-จ่าย

ปัจจุบันได้มีการรณรงค์การให้ความสำคัญในเรื่องการจดบันทึกการใช้จ่ายในหลากหลายรูปแบบ เช่น ชุด "จดแล้วไม่จน" ของธนาคารเพื่อการเกษตรและสหกรณ์การเกษตรที่รณรงค์ให้ประชาชนจัดทำสมุดบัญชีครัวเรือนเพื่อบันทึกบัญชีรายรับ รายจ่ายของครอบครัว หรือสมุด "จดแล้วรวย" ของตลาดหลักทรัพย์แห่งประเทศไทย หรือ "คู่มือชีวิตพอเพียงตามแนวพระราชดำริ" ของศูนย์ส่งเสริมการบริหารเงินออมครอบครัว กรุงเทพมหานคร ทั้งนี้เนื่องจากตั้งแต่ต้นทศวรรษที่ผ่านมาจนถึงเวลาปัจจุบัน กิจกรรมต่างๆจะเกี่ยวข้องกับการใช้จ่ายเพื่อตอบสนองความต้องการ การจดบันทึกข้อมูลเกี่ยวกับเงื่อนไขปัจจัยในการดำรงชีวิตอย่างต่อเนื่องลงในสมุดบัญชีรับ-จ่ายแสดงข้อมูลการใช้จ่ายเงิน ทำให้ทราบว่าเงินถูกใช้จ่ายไปในทางใด เงินส่วนใหญ่ถูกใช้ไปกับอะไร สัดส่วนการจัดสรรเงินเป็นอย่างไร ตัวอย่างเช่น พบว่า เงินส่วนใหญ่ถูกใช้ไปกับค่าอาหาร ทำให้เข้าใจได้ว่าน้ำหนักที่เกินเกณฑ์เป็นผลเนื่องมาจากการรับประทานจุบจิบ หรือเงินส่วนใหญ่ถูกใช้ไปกับค่าเดินทางด้วยรถแท็กซี่หรือต้องขึ้นทางด่วนเป็นประจำ เพราะว่าดินสายน้อย หรือเงินส่วนใหญ่ถูกใช้ไปกับกิจกรรมใด กิจกรรมหนึ่งมากเกินไป หรืออาจพบว่าเงินถูกใช้ไปกับบางกิจกรรมน้อยเกินไป รวมทั้งพบว่าเงินถูกใช้ไปกับกิจกรรมบางอย่างที่ไม่จำเป็น ข้อมูลที่ได้จากการบันทึกนี้เป็นข้อมูลสำหรับตรวจสอบพฤติกรรมและสะท้อนพฤติกรรมการใช้จ่ายเงินของตนเองได้อย่างชัดเจน เป็นตัวบ่งชี้ที่ดี ปัจจุบันและอนาคต เป็นประโยชน์ต่อการวางแผนชีวิตและกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิต วางแผนลดรายจ่ายที่ไม่จำเป็น ลดรายจ่ายที่จำเป็น และการเพิ่มรายรับ ประหยัดและอดออม มีเงินเหลือเก็บ ตลอดจนเป็นการสร้างวินัยทางการเงิน ดังนั้นจุดเริ่มต้นที่ดี ก็คือ การบันทึกบัญชีรับ-จ่ายเป็นประจำ

การบันทึกบัญชีรับ-จ่ายจึงเป็นเครื่องมือพื้นฐานของทุกคน ต้องทำบันทึกรายรับ-รายจ่ายที่เกิดขึ้นเป็นประจำทุกวัน เป็นเครื่องมือสำหรับเตือนสติและควบคุมการใช้จ่ายเงินอย่างระมัดระวังรอบคอบ เป็นกระจกสะท้อนให้รู้จักตนเอง เมื่อเห็นพฤติกรรมการใช้จ่ายทางการเงิน ทำให้เกิดจิตสำนึก มีเหตุผลในการใช้จ่ายเงินมากขึ้น การรู้จักตนเองและปรับเปลี่ยนพฤติกรรม มีพฤติกรรมการใช้จ่ายเงินที่เหมาะสม จึงเป็นพัฒนาการทางการเงินและการสร้างวินัยทางการเงิน ตลอดจนเป็นวิถีแห่งการเรียนรู้เพื่อพัฒนาความรู้ ความคิด และการค้นพบการดำเนินชีวิตอย่างพอประมาณตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

บัญชีรับ-จ่ายนับเป็นเครื่องมือที่มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อแนวทางสู่ความพอเพียง นอกจากการจดบันทึกข้อมูลที่ถูกต้อง การวางแผนและบริหารการเงินอย่างรอบคอบ การนำข้อมูลที่จดบันทึกมาพิจารณาหาวิธีเพิ่มรายรับ ลดรายจ่ายที่ไม่จำเป็นเพื่อให้เกิดความพอดี และเก็บออมส่วนที่เหลือไว้ใช้ในอนาคต

เจตคติ (Attitude)

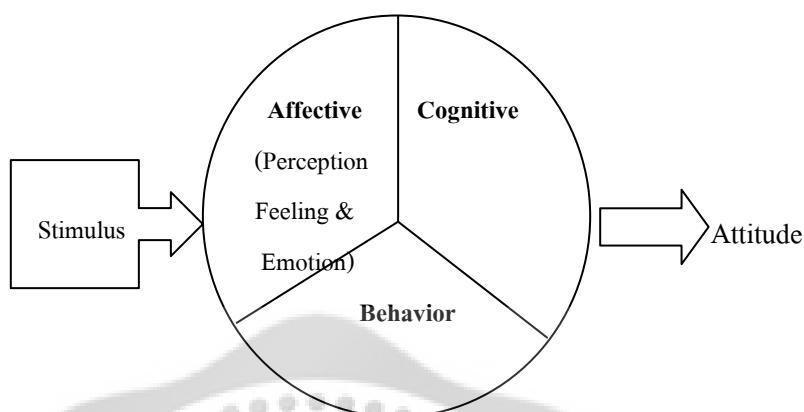
พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน (2546 : 321) ได้ให้ความหมายของเจตคติว่า หมายถึงท่าทีหรือความรู้สึกของบุคคลต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง กูด (Carter V. Good , 1973 : 48-49) ได้ให้ความหมายเพิ่มเติมว่า เป็นความโน้มเอียงหรือแนวโน้มของบุคคลที่จะตอบสนองต่อสิ่งของ สถานการณ์หรือค่านิยม โดยปกติจะแสดงออกมาพร้อมกับความรู้สึกและอารมณ์ที่จะสนับสนุนหรือต่อต้าน เช่น รักเกลียด หรือกลัว ชอบหรือไม่ชอบ เห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วย เจตคติไม่อาจสังเกตได้โดยตรง แต่จะอนุมานได้จากพฤติกรรมที่แสดงออกทั้งที่เป็นพฤติกรรมทางวาจาและท่าทาง และโรเกิช (Rokeach, 1970 : 112) ได้กล่าวว่า เจตคติเป็นการผสมผสานหรือการจัดระเบียบของความเชื่อที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง หรือสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่ง ผลรวมของความเชื่อนี้จะเป็นตัวกำหนดแนวโน้มของบุคคลในการที่จะมีปฏิกิริยาตอบสนองในลักษณะที่ชอบหรือไม่ชอบ สอดคล้องกับเทอร์สโตน (Thurstone, 1976 : 77) ซึ่งได้กล่าวว่า เจตคติเป็นผลรวมของมนุษย์เกี่ยวกับความรู้สึก อคติ ความกลัวที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง และความเชื่อมั่นต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง โดยแสดงพฤติกรรมโน้มเอียงอย่างใดอย่างหนึ่งในรูปการประเมินความรู้สึก ความลำเอียงว่าชอบหรือไม่ชอบ นอกจากนี้โรเจอร์ (Roger , 1978 : 208 – 209) ได้กล่าวถึงเจตคติว่ามีรากฐานมาจากความเชื่อ เป็นความพร้อมที่จะตอบสนองต่อสิ่งเร้าซึ่งถือเป็นมิติของการสื่อสารภายในบุคคล (Interpersonal Communication) ที่เป็นผลกระทบมาจากการรับสารเพื่อการประเมินว่าชอบหรือไม่ชอบต่อประเด็นหนึ่ง ๆ อันจะมีผลต่อพฤติกรรมการแสดงออกเป็นดัชนีชี้ว่าบุคคลคิดและรู้สึกอย่างไรกับคนรอบข้าง วัตถุ สิ่งแวดล้อม ตลอดจนสถานการณ์ต่าง ๆ ส่วนเคิร์ชและครัทช์ฟิลด์ (Kerch And Crutchfield, 1948: 52) ได้เน้นเรื่องการเรียนรู้ของแต่ละบุคคลที่

เกิดจากการรับรู้ กล่าวว่า เจตคติ หมายถึง ผลรวมของกระบวนการที่ก่อให้เกิดแรงจูงใจ อารมณ์ การรับรู้ และความตระหนัก ซึ่งกระบวนการนี้เป็นผลมาจากประสบการณ์ของแต่ละบุคคล จะเห็นได้ว่า นิยามนี้ไม่เน้นพฤติกรรมที่แสดงออกของบุคคล (overt behavior) แต่เน้นประสบการณ์เฉพาะส่วนบุคคลเป็นสำคัญ ไอเซน (Fishbein and Ajzen, 1988) กล่าวว่า เจตคติ หมายถึง อารมณ์ ความรู้สึกที่เกิดจากการเรียนรู้ เพื่อที่จะตอบสนองต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใด ด้วยการแสดงออกถึงความชอบหรือไม่ชอบ สิ่งนั้นอย่างคงที่ สม่าเสมอ และไทรแอนดิส (Triandis, 1971) ได้สรุปลักษณะของเจตคติว่าเป็นสิ่งที่ไม่ได้มีมาแต่กำเนิด แต่จะเกิดขึ้นจากการเรียนรู้และประสบการณ์ที่บุคคลนั้นเกี่ยวข้อง เป็นภาวะทางจิตใจที่มีอิทธิพลต่อการคิดและการกระทำ มีผลให้บุคคลมีท่าทีในการตอบสนองต่อสิ่งเร้าในทางใดทางหนึ่ง มีความหมายที่อ้างอิงถึงบุคคลหรือสิ่งของเสมอ เช่นเดียวกับชริกเลย์ (Shrighley, 1990 : 100) ซึ่งกล่าวว่า เจตคติไม่ใช่สิ่งที่มีมาแต่กำเนิด แต่เกิดจากการเรียนรู้และประสบการณ์ เจตคติบางอย่างมีขึ้นเพื่อตอบสนองความต้องการที่อยากให้ตนเป็นที่ยกย่องของสังคม และคาเพลน (Kaplan, 1972 : 370) กล่าวว่า เจตคติเป็นความโน้มเอียงหรือความรู้สึกที่มีต่อสิ่งต่างๆ ในลักษณะที่แน่นอน ซึ่งเกิดจากการเรียนรู้ การวิเคราะห์ความจริง และการตัดสินใจอย่างรอบคอบ อย่างไรก็ตามคาเพลนมีแนวคิดที่ว่าเจตคติส่วนใหญ่จะเกิดจากอารมณ์ที่มีต่อบุคคล ความคิด และสิ่งต่างๆ ทันท่วงที โดยไม่คำนึงถึงความเป็นจริงในสถานการณ์เหล่านั้น ออลพอร์ต (Allport & Ross 1967 : 438) ให้ความหมายว่า เจตคติ หมายถึง สภาวะความพร้อมทางความคิดและความรู้สึก ซึ่งก่อตัวจากผลของประสบการณ์ สภาวะความพร้อมนี้จะเป็แรงที่จะกำหนดทิศทางของปฏิกิริยาตอบสนองของบุคคลที่มีต่อทุกสิ่ง และทุกสถานการณ์ที่เกี่ยวข้องด้วย บุคคลจะสร้างหรือเกิดเจตคติได้จากวัฒนธรรมขนบธรรมเนียม ในสังคม การเรียนรู้จากประสบการณ์โดยตรง และประสบการณ์ที่ได้รับจากเดิมจะส่งผลถึงเจตคติต่อสิ่งใหม่ที่คล้ายคลึงกัน ตลอดจนการเลียนแบบบุคคลที่ตนเองให้ความสำคัญ และรับเอาเจตคตินั้นมาเป็นของตนเอง

เคแกน (Kagan, 1968 :618) ให้ความหมายของเจตคติไว้ว่า เป็นความโน้มเอียงที่ฝังแน่นอยู่ในความคิดและความรู้สึกในทางบวกหรือลบที่มีต่อสิ่งที่เกิดขึ้นโดยเฉพาะ วูลแมน (Wohlman ,1973 : 34) ให้ความเห็นว่า เจตคติ คือ สภาพของจิตที่ผ่านประสบการณ์การเรียนรู้แบบแนบแน่น และผลักดันให้มนุษย์ตอบสนองต่อบุคคล วัตถุ หรือแนวคิดเฉพาะอย่างในลักษณะที่สอดคล้องหรือขัดแย้งได้ นอกจากนี้ เคแกน และวูลแมน ได้แบ่งองค์ประกอบของเจตคติ (Components of attitudes) เป็น 3 ด้าน คือ ความรู้ ความเข้าใจ และอารมณ์

จากความหมายดังกล่าวสรุปได้ว่า สิ่งเร้า(Stimuli) เป็นตัวกระตุ้นให้บุคคลเกิดเจตคติต่อสิ่งต่าง ๆ เจตคติเป็นองค์รวมของความรู้สึคนึกคิดและความพร้อมในการแสดงออกทางการกระทำหรือพฤติกรรม มีลักษณะค่อนข้างคงที่และมีความคงเส้นคงวา หรือค่อนข้างคงที่ (Relatively stable) และนำไปสู่การตอบสนองอย่างใดอย่างหนึ่งหรือหลายอย่างที่เป็นอารมณ์และความรู้สึก (Affective)

ความคิด (Cognitive) หรือพฤติกรรม (Behavioral) ซึ่งแสดงเป็นภาพของความสัมพันธ์ขององค์ประกอบของเจตคติ (Components of attitudes) หรือรูปแบบ ABC (ABC Model)(Gibson ,2000: 103) ดังนี้เพื่อเป็นเหตุผลที่จะสรุปความ และรวมเป็นความเชื่อ หรือช่วยในการประเมินค่าสิ่งเร้านั้นๆ



ภาพประกอบ 6 องค์ประกอบของเจตคติ (Components of Attitudes)

1. องค์ประกอบด้านความรู้เชิงประเมินค่า (Cognition Evaluative component) เป็นส่วนหนึ่งของเจตคติที่เป็นด้านความรู้เชิงประเมินค่า ซึ่งมีที่มาจากกระบวนการทางความคิดที่ใช้เหตุผลเชิงตรรกะเป็นหลัก เป็นความรู้ความเข้าใจที่เป็นเหตุผลในการสรุปความ และรวมเป็นระบบความคิด ความเชื่อในการประเมินค่าสิ่งเร้านั้นๆซึ่งมักจะเป็นแนวโน้มทางใดทางหนึ่ง จึงเป็นเจตคติที่ผ่านการประเมินของบุคคลแล้ว

2. องค์ประกอบด้านอารมณ์และความรู้สึก (Affect component) เป็นองค์ประกอบที่สำคัญที่สุดของเจตคติ เป็นส่วนหนึ่งของเจตคติที่เกี่ยวกับอารมณ์และความรู้สึกที่มีความสัมพันธ์กับการรับรู้และความเข้าใจต่อสิ่งเร้าต่าง ๆ อันเป็นผลเนื่องมาจากการที่บุคคลประเมินค่าสิ่งเร้าเหล่านั้น และเกิดความรู้สึกในทางบวกหรือทางลบต่อสิ่งเร้าต่าง ๆ การชอบหรือไม่ชอบต่อสิ่งเร้าต่างๆ ที่รับรู้ ดังนั้นองค์ประกอบนี้จึงเป็นสภาพทางอารมณ์ควบคู่ไปกับการประเมินของแต่ละบุคคล

3. องค์ประกอบด้านความพร้อมกระทำ (Action Tendency Component) เป็นเจตคติอีกส่วนหนึ่งของบุคคลที่เตรียมพร้อมที่จะตอบสนองต่อสิ่งเร้าต่างๆที่รับรู้ หรือมีแนวโน้มหรือความตั้งใจ (intention) ที่จะกระทำต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งในทิศทางใดทิศทางหนึ่งที่สอดคล้องกับความรู้สึก ความคิดของตนเกี่ยวกับสิ่งเร้านั้น เช่น สนับสนุน ส่งเสริม ช่วยเหลือ มีส่วนร่วม แสดงความเป็นมิตร หรือต่อต้าน ขัดขวาง ต่อสู้ ทำลาย ถอยหนี หลีกเลียงต่อสิ่งเร้าเหล่านั้น

การเห็นคุณค่าในตนเอง (Self esteem)

การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นความรู้สึกพื้นฐานของชีวิตด้านจิตใจที่จะทำให้มนุษย์สามารถดำรงชีวิตอยู่อย่างมีคุณค่า (Walz. 1992 : 224-226) และเป็นสิ่งสำคัญในการดำรงชีวิตให้มีชีวิตอยู่อย่างเชื่อมั่นและภาคภูมิใจในตนเอง ตลอดจนเป็นปัจจัยที่มีอำนาจในการคงไว้ซึ่งการดำรงชีวิต ทำให้บุคคลสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุขและเปิดใจกว้างยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น (Hill and Smith. 1990 : 62-63) ซึ่งมีผู้ให้ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเอง ดังนี้

มาสโลว์ (Maslow. 1987 : 45-46) ให้ความหมายว่าเป็นความรู้สึกของบุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง รู้สึกว่าตนมีคุณค่า มีความเข้มแข็ง มีสมรรถภาพในการกระทำสิ่งต่างๆ มีความเชี่ยวชาญ และมีความสามารถ ได้แบ่งองค์ประกอบของการเห็นคุณค่าในตนเองออกเป็น 2 ส่วน คือ 1.) ความรู้สึกนับถือตนเอง (self respect) ความมั่นใจในการกระทำต่างๆที่ประสบความสำเร็จ สามารถพึ่งตนเองได้ และมีสิทธิเสรีภาพ และ 2.) การเห็นคุณค่าในตนเองที่ได้รับจากผู้อื่น (esteem from other) เป็นความต้องการได้รับการยอมรับนับถือ ได้รับความสนใจ มีผู้ให้ความสำคัญ เป็นที่ชื่นชอบ การมีชื่อเสียง เกียรติยศ และอำนาจ

แบนดูรา (Bandura. 1986 : 356) ได้ให้ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเองว่าเป็นการประเมินของตนเองว่าตนเองเป็นคนอย่างไร ถ้าประเมินตนเองไว้ค่าก็จะมีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ แต่ถ้าประเมินว่ามีความสามารถก็จะรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองหรือมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง

คูเปอร์สมิธ (Coopersmith. 1981 : 419) นักจิตวิทยากล่าวถึงคุณค่าในตนเองว่าเป็นการประเมินค่าตนเอง (Self – appraisal) จากประสบการณ์ที่ได้ลงมือกระทำของบุคคลเพื่อสร้างหรือแสดงถึงคุณค่าที่มีอยู่ภายในตนเอง (Worthy) ให้บุคคลอื่นรับรู้ได้โดยการสื่อสารด้วยคำพูดหรือการกระทำพฤติกรรม

คูเปอร์สมิธได้จำแนกคุณลักษณะพื้นฐานของการเห็นคุณค่าในตนเองไว้ 4 ประการ (Coopersmith. 1981 : 25)

1. ความสามารถ (Competence) องค์ประกอบด้านนี้ คือ คุณสมบัติซึ่งบุคคลคิดขึ้นครั้งแรกทันทีที่มีการประเมินตนเอง บุคคลจะบอกเกี่ยวกับทักษะและสัมฤทธิ์ผลที่เขาทำได้ดีและประสบความสำเร็จ ทักษะต่างๆ ที่อยู่ในคุณสมบัติของข้อนี้มีมากมาย เช่น ทักษะทางด้านกายภาพ ทักษะทางด้านความคิด ทักษะทางด้านศิลปะ และทักษะในการเข้าสังคม ส่วนสัมฤทธิ์ผลก็จะมีในหลายรูปแบบ เช่น ในรูปแบบของการศึกษา การฝึกอบรมงาน ผลงานทางศิลปะ ธุรกิจ กีฬา การเงิน งานวิชาชีพ ซึ่งทุกๆสิ่งทีกล่าวมามีผลนำไปสู่ความภาคภูมิใจในตนเองของบุคคล

2. ความมีคุณค่า คือ สัญลักษณ์ของคุณความดี (Virtue) องค์ประกอบด้านนี้คือคุณสมบัติหรือคุณภาพของบุคคลในสถานภาพของความมีศีลธรรม หรือ มาตรฐานทางด้านจริยธรรมและสิ่งที่ปรากฏทางกายภาพหรือแบบแผนของบุคลิกภาพ ในการกล่าวถึงความสามารถของบุคคล บุคคลจะได้รับการกล่าวว่าเขาเก่งอย่างไร แต่ถ้ากล่าวถึงควมมีคุณค่าบุคคลจะได้รับการกล่าวว่าเขาดี อย่างไรหรือเขาทำได้

ดีเช่นไร ดังนั้นบุคคลจะมีมุมมองของควมมีคุณค่าในทางบวก โดยเน้นถึงความซื่อสัตย์ ความน่าเชื่อถือ ใ้วางใจ (คุณค่าทางศีลธรรม) มโนภาพทางความคิด และความสูง หรือความหล่อความสวย (รูปทรงทางกายภาพ)

3. พลังอำนาจ (Power) องค์ประกอบด้านนี้ คือ ส่วนของการรับรู้ตนเองของบุคคลเกี่ยวกับความสามารถที่จะควบคุมและมีอิทธิพลต่อบุคคลอื่นๆ ซึ่งในงานวิจัยบางชิ้นได้มีการเพิ่มเติมความรู้สึกของการควบคุมเหนือวิถีชีวิตที่บุคคลดำเนินอยู่ในชีวิตประจำวัน นอกจากนั้นพลังอำนาจยังมีรากฐานมาจากความ สามารถและควมมีคุณค่าของมนุษย์

4. ความสำคัญ (Significance) การยอมรับ คุณสมบัติขององค์ประกอบด้านนี้ คือ มนุษย์ปฏิบัติต่อบุคคลอื่นๆอย่างไร ชอบนับถือหรือชื่นชม ประโยคที่บอกว่า “ฉันเป็นที่ชื่นชอบ ” คือ ประโยคของการเห็นคุณค่าในตนเอง มนุษย์จะยอมรับบุคคลที่มีทักษะ และจะยกย่องชื่นชมโดยพิจารณาว่าบุคคลนั้นมีคุณค่าที่จะได้รับการสรรเสริญมากกว่าบุคคลที่ขาดทักษะต่างๆ มีสัมฤทธิ์ผลต่ำ และแสดงถึงบุคลิกที่ไม่เป็นที่ดึงดูดใจ

ประเภทของการเห็นคุณค่าในตนเอง คูเปอร์สมิท (Coopersmith, 2002: 256-258) ได้แบ่งประเภทของการเห็นคุณค่าในตนเองออกเป็น 4 ด้าน ดังนี้

1. การเห็นคุณค่าในตนเองด้านทั่วไป การเห็นคุณค่าในด้านนี้เป็นความต้องการเห็นคุณค่าในตนเองในด้านทั่วไป เป็นความปรารถนาของบุคคลที่จะให้ตนเองมีความเข้มแข็ง มีความสามารถเพียงพอสำหรับการทำสิ่งต่างๆ มีความเชี่ยวชาญ มีความเชื่อมั่นในการเผชิญกับเหตุการณ์ต่างๆ โดยไม่ต้องพึ่งพาผู้อื่น มีความอิสระ และประสบความสำเร็จในกิจการต่างๆ

2. การเห็นคุณค่าในตนเองด้านสังคม เป็นความปรารถนาของบุคคลที่จะให้บุคคลอื่นๆเห็นว่าตนเองเป็นผู้ที่มีชื่อเสียง มีเกียรติ มีตำแหน่งฐานะ มีอำนาจเหนือผู้อื่น มีความสำคัญ มีศักดิ์ศรี ได้รับการยอมรับและเป็นที่น่าชื่นชมของผู้อื่นโดยทั่วไปบุคคลจะให้ความสนใจในสิ่งต่างๆ แตกต่างกันไป บุคคลมีแนวโน้มใช้ค่านิยมของสังคมเป็นตัวตัดสินใจการเห็นคุณค่าของตนเองถ้าค่านิยมของตนเองสอดคล้องกับสังคม จะทำให้การเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น การที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์กับสังคมและเพื่อนจะช่วยในการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง บุคคลที่มาจากสถานภาพทางสังคมสูง จะได้รับการปฏิบัติที่ทำให้รู้สึกมีคุณค่าในตนเองสูง

3. การเห็นคุณค่าในตนเองด้านครอบครัว เน้นความสัมพันธ์กับครอบครัว ความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่และลูกเป็นสิ่งที่มีความหมายมาก ดังนั้น ประสบการณ์ที่บุคคลได้รับจากความสัมพันธ์ภายในครอบครัวจึงเป็นรากฐานที่สำคัญในชีวิต เด็กที่ได้รับความรัก ความอบอุ่น การสนับสนุน ให้กำลังใจ ให้สิทธิเสรีภาพในการกระทำของเด็ก ระเบียบกฎเกณฑ์ที่พ่อแม่ใช้ปกครองลูก และการจัดการดูแลให้เด็กมีอิสระในขอบเขตที่กำหนด สิ่งต่างๆเหล่านี้จะทำให้เด็กสามารถพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองได้

4. การเห็นคุณค่าในตนเองด้านการทำงาน สมรรถภาพ ความสามารถและผลงาน

องค์ประกอบทั้ง 3 มีความสัมพันธ์ระหว่างกัน และมีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองโดยจะเป็นตัวบ่งชี้ถึงความสำเร็จของการประสบความสำเร็จหรือความล้มเหลวในสิ่งที่กระทำ โดยจะมีเรื่องสติปัญญาเข้ามาเกี่ยวข้องด้วย การตัดสินใจเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลเกิดจากการเปรียบเทียบผลงาน และความสามารถของตนเองกับเกณฑ์ความสำเร็จที่ตนเองได้ตั้งไว้ ถ้าผลงานและความสามารถเป็นไปตามเกณฑ์ที่ตนเองได้ตั้งไว้หรือดีกว่า จะทำให้บุคคลมีการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น ในทางตรงข้าม ถ้าผลงานและความสามารถไม่เป็นไปตามเกณฑ์หรือต่ำกว่าเกณฑ์ บุคคลจะคิดว่าตนเองไร้ค่า

องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง การเห็นคุณค่าในตนเองจะมีการพัฒนามาตั้งแต่วัยเด็กด้วยการอบรมสั่งสอนปลูกฝังค่านิยมอันดีงาม นอกจากนั้นธรรมชาติของพฤติกรรมในวัยเด็กต่าง ๆ ที่ได้แสดงออกมานั้นทำให้ระดับความภูมิใจในตนเองแตกต่างกัน องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง (Coopersmith, 1981) คือ

1. องค์ประกอบภายใน ได้แก่ สภาพจิตใจและสภาวะทางอารมณ์หรือความรู้สึก (Affective states) ถ้าบุคคลประเมินตนเองในด้านบวก เป็นการส่งเสริมให้บุคคลมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้น ถ้าบุคคลประเมินตนเองในด้านลบ มองตนเองว่าไม่มีความสามารถ ไร้สมรรถภาพ มีปมด้อย มีความวิตกกังวล และไม่สามารถประสบความสำเร็จในอนาคต ส่งผลให้การเห็นคุณค่าในตนเองลดต่ำลง

1.1. การประสบความสำเร็จตามวัตถุประสงค์ ซึ่งจะมีผลต่อสถานภาพ ตำแหน่งและชื่อเสียงของบุคคลนั้น โดยมีปัจจัยต่างๆที่จะแสดงให้รู้ว่าตนประสบความสำเร็จ ดังนี้

- 1) การมีความสามารถในการควบคุมหรือมีอิทธิพลเหนือคนอื่น เป็นการแสดงให้เห็นว่าบุคคลนั้นรู้ถึงความมีอำนาจของตน
- 2) การได้รับการยอมรับ ความสนใจและความรักจากบุคคลอื่น เป็นการแสดงให้เห็นว่าบุคคลนั้นรู้ถึงความสำคัญของตนเอง
- 3) การเป็นบุคคลที่มีศีลธรรมจรรยาตามมาตรฐานของสังคม เป็นการแสดงให้เห็นว่าบุคคลนั้นรู้ถึงคุณงามความดีและความน่าเชื่อถือศรัทธาของตน
- 4) การประสบความสำเร็จสมความมุ่งมั่น เป็นการแสดงให้เห็นว่าบุคคลนั้นรู้ถึงการมีความสามารถของตน

การประสบความสำเร็จในตนเอง ความสำเร็จและความสมหวังในความรู้สึกของบุคคลแต่ละคน ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองโดยตรง การประเมินตน ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและความภูมิใจในตนเองมีความสัมพันธ์กันทางบวก ถ้าอายุมากขึ้นจะมีความแม่นยำในการประเมินตนเองมากขึ้น และมีความภูมิใจในตนเองมากขึ้นด้วย นอกจากนี้การประสบผลสำเร็จในด้านอื่นๆ ที่มีความสำคัญต่อเด็ก เช่น ด้านกีฬา กิจกรรมนอกหลักสูตร ความสามารถพิเศษ การได้รับตำแหน่งสำคัญในโรงเรียน เป็นองค์ประกอบที่ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง เช่นกัน

1.2 การได้รับการยอมรับ การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นส่วนสำคัญที่สุดในการที่เรามองเห็นตนเอง หรือมีความรู้เกี่ยวกับตนเองว่าเป็นคนเช่นไร และการที่บุคคลอื่น ๆ เห็นและยอมรับนับถือในตัวเราก็คือเมื่อบุคคลนั้นมองเห็นเราว่า มีคุณค่า มีเกียรติยศ เป็นบุคคลที่มีชื่อเสียง

1.3 การมีอำนาจหรืออิทธิพล การมีอำนาจหรืออิทธิพลมีความสัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเอง เป็นการโน้มน้าวบุคคลทั้งความรู้สึก และพฤติกรรมให้คล้อยตามหรือปฏิบัติตาม เป็นการสร้างศรัทธาบรรพมีให้ผู้อื่นได้เคารพยกย่อง เห็นความสำคัญของเรา และคิดว่าเราจะเป็นผู้นำหรือเป็นที่พึ่งของเขาได้ ซึ่งเป็นการเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเอง ได้เช่นกัน

นอกจากนี้การเห็นคุณค่าในตนเอง (Self values) ของบุคคลจะผันแปรตามค่านิยม การให้คุณค่าต่อสิ่งนั้น ความรู้สึกนึกคิดที่บุคคลมีต่อสิ่งนั้น ตลอดจนผันแปรตามระดับความมุ่งหวัง (Aspiration) การได้กระทำในสิ่งที่สอดคล้องกับค่านิยมและความปรารถนา ถ้าบุคคลใดมีความมุ่งหวังเกินความสามารถของตน โอกาสที่จะประสบความสำเร็จตามความมุ่งหวังมีน้อย ทำให้การเห็นคุณค่าในตนเองลดลงได้

2. องค์ประกอบภายนอก ถ้าบุคคลใดที่ได้รับการยอมรับจากครอบครัว เพื่อน หรือสังคมแล้ว จะเกิดความประทับใจในตนเอง และมีความเชื่อว่าตนมีคุณค่าสูงสุด ดังนั้นการมีส่วนร่วมในกิจกรรม ก็จะเป็นส่วนหนึ่งที่แสดงให้เห็นว่าเราได้รับการยอมรับจากกลุ่ม ได้แสดงความสามารถของตนเอง ซึ่งถ้าประสบความสำเร็จจะรู้สึกว่ามีคุณค่าในตนเอง การไม่ใส่ใจต่อสิ่งที่จะทำให้ความภาคภูมิใจในตนเองลดลง เช่น ข้อวิพากษ์วิจารณ์ที่ไม่เป็นประโยชน์ นอกจากนี้การอบรมเลี้ยงดู การเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์กับการอบรมเลี้ยงดูของบิดามารดา การมอบความรักใคร่โดยไม่มีเงื่อนไขที่แตกต่างกัน จะส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง ในวันที่เจริญ เดบโต หรือวัยรุ่นใหญ่อีกด้วย หลักที่สำคัญ คือ ต้องเป็นความรักใคร่ที่ได้รับอย่างต่อเนื่องจากบิดามารดา และเป็นความรักที่ได้จากสมาชิกคนอื่น ๆ ในครอบครัว รวมไปถึงเพื่อน ๆ ด้วย ผู้ที่มีความภูมิใจในตนเองสูงมักจะมีความสัมพันธ์กับภูมิหลังของครอบครัว ที่ให้ความเอาใจใส่ ให้อิสระตัดสินใจ หรือกระทำกิจกรรมต่าง ๆ

การเห็นคุณค่าในตนเองมีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิต บุคคลที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูง จะสามารถเผชิญกับอุปสรรคต่างๆ ยอมรับสถานการณ์ที่ทำให้ตนเองรู้สึกผิดหวัง และสร้างความหวังใหม่ในชีวิตบุคคลที่รู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ เมื่อพบอุปสรรค จะหลีกเลี่ยงการแก้ไข ปัญหา ไม่มีความยืดหยุ่น ยึดติดอยู่กับสิ่งที่รู้จักหรือเคยชินเพื่อความรู้สึกปลอดภัย หลีกเลี่ยงการคบหาสมาคมกับบุคคลอื่น ไม่กล้าปฏิเสธสิ่งที่ตนไม่ต้องการ กลัวการตัดสินใจของคนอื่นที่มีต่อตนเอง มักนำความคิดของบุคคลอื่นมาใส่ใจ คิดว่ากลุ่มเพื่อนไม่ยอมรับไม่ให้ความสนใจ และรู้สึกเสียใจบ่อย (Coopersmith, 1981 : 132) การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นสิ่งที่สามารถเรียนรู้ได้ บุคคลสามารถเปลี่ยนแปลงและพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองให้เกิดขึ้นได้จากประสบการณ์ที่ได้รับ เช่น การยอมรับนับถือ ความสนใจใส่ใจจากบุคคลที่มีความสำคัญในชีวิต การประสบผลสำเร็จตามวัตถุประสงค์ ทำให้

เป็นที่รู้จักและมีผลต่อสถานภาพและตำแหน่งในสังคม การได้กระทำในสิ่งที่สอดคล้องกับค่านิยมตนเอง การไม่ใส่ใจต่อสิ่งที่ทำให้การเห็นคุณค่าในตนเองลดลง (Coopersmith, 1981 : 37) คูเปอร์สมิธ (Coopersmith, 1984 : 196-197) ได้ศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการประเมินการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กอายุระหว่าง 10-12 ปี จำนวน 85 คน พบว่าการได้รับการยอมรับนับถือ การอธิบายเหตุผลและให้การดูแลที่เหมาะสม การเอาใจใส่ให้อิสระในขอบเขตที่เหมาะสม และการยอมรับนับถือคนในทางที่ดีจากบิดามารดา เป็นสิ่งสำคัญที่ทำให้เด็กเห็นคุณค่าในตนเอง

จากแนวความคิดข้างต้นพอจะสรุปได้ว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง เป็นความต้องการขั้นพื้นฐานของมนุษย์ ที่ต้องการให้ผู้อื่นยอมรับและยกย่องชมเชย โดยการประเมินคุณค่าจากความรู้สึกภายในตนเอง และประเมินจากการแสดงออกของผู้อื่นที่มีต่อตนเอง โดยมีขอบเขตความเชื่อเกี่ยวกับตนเองว่ามีความสำคัญ มีความสามารถ มีคุณความดี และมีพลังอำนาจ ซึ่งวัดได้จากการมีความสุขในการดำเนินชีวิต มีความตั้งใจและอดทนต่อชีวิตมีการยอมรับชีวิต ยืนหยัดต่อสู้ปัญหาชีวิต มีความสอดคล้องระหว่างเป้าหมายกับสิ่งที่เกิดขึ้นจริง มีอัตมโนทัศน์ที่รับรู้ว่าคุณค่าตนเอง และพร้อมที่จะเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงในชีวิต มีระดับอารมณ์ในทางที่ดี มีความพอใจในชีวิต

ซาเทียร์ (Satir, et al ,1991 : 28) ได้เปรียบเทียบลักษณะบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำและสูงไว้ ดังตาราง 1

ตาราง 1 การเปรียบเทียบลักษณะของบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำและสูง

บุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ	บุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง
แนวคิดในการดำเนินชีวิต ต้องการเป็นที่รัก	สามารถรักตนเองและผู้อื่น
วิธีการดำรงชีวิตไม่สอดคล้องเหมาะสม คำพูดท่าทางและความรู้สึกไม่กลมกลืนกัน คอยเอาใจผู้อื่น ยอมผู้อื่น ดำเนินผู้อื่น ใช้เหตุผลมากกว่าความรู้สึกหรือการเสแสร้ง ไม่แสดงความรู้สึกภายในใจ	วิธีการดำรงชีวิตสอดคล้องเหมาะสม สามารถทำสิ่งต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม ยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคลและสิ่งแวดล้อม
ไม่ยืดหยุ่น ตัดสินวิพากษ์วิจารณ์ ไม่มีอารมณ์ขัน อยู่ภายใต้การควบคุมของบุคคลอื่น/ครอบครัว	มีเหตุผล มีพลังความสามารถ มีความเชื่อมั่นตระหนักรู้ในทางเลือกต่างๆ
ใช้กลไกในการป้องกันตนเอง เก็บอารมณ์ความรู้สึก อยู่ในสภาพแวดล้อมเดิม	ยอมรับความแตกต่างระหว่างตนกับบุคคลอื่นซื่อสัตย์ ไว้วางใจได้ สามารถเสี่ยงต่อสถานการณ์สถานการณ์ใหม่ได้
เน้นอดีต ไม่ต้องการเปลี่ยนแปลง	เน้นปัจจุบัน ต้องการเปลี่ยนแปลงไปสู่สิ่งใหม่

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

จากความจำเป็นของการใช้เงินทุนเพื่อพัฒนาประเทศ ได้มีความพยายามที่จะเร่งรัดให้คนไทยรู้จักประหยัดและอดออม เช่น ธนาคารเกษตรและสหกรณ์ได้แจกบัญชีใช้จ่ายให้กับเกษตรกรทุกครัวเรือน ตั้งแต่ต้นไตรมาสที่ 4 ของปี 2547 ธนาคารออมสินได้ใช้สื่อต่าง ๆ ในการรณรงค์ระดมเงินออมโดยออกแผนรณรงค์ “ออม 1 ส่วน ใช้จ่าย 3 ส่วน” มาตั้งแต่ปลายเดือนกันยายน 2548 แต่สมชัย ฤชุพันธุ์ ประธานมูลนิธิสถาบันพัฒนาสยาม กล่าวว่า สัดส่วนการออมในส่วนภาคครัวเรือนที่ลดลงอย่างเห็นได้ชัด อยู่ในสถานะที่มีหนี้สินแม้ในเยาวชน ซึ่งกระแสบริโภคนิยมได้เข้าไปก่อร่างสร้างตัวในเยาวชนมากขึ้นเรื่อยๆ เป็นสัญญาณเตือนถึงวิกฤตที่อาจเกิดขึ้นจากหนี้สินภาคครัวเรือน ดังรายงานการวิจัยต่อไปนี้

การวิจัยเรื่องการออมในประเทศไทย : เราออมพอหรือไม่ การออมระยะยาวในประเทศไทย (กอบศักดิ์ ภูตระกูล และคณะ, 2548) ได้ศึกษาเจาะลึกลงไปในระดับครัวเรือน โดยใช้ข้อมูลที่ได้จากการสำรวจรายได้และการใช้จ่ายของภาคครัวเรือน (หรือ Socio-Economic Survey) ที่จัดเก็บโดยสำนักงานสถิติแห่งชาติ และใช้ข้อมูลจากการสำรวจของทางธนาคารแห่งประเทศไทย เพื่อศึกษาพฤติกรรมการออมของภาคครัวเรือน พบว่าสถานการณ์การออมภาคครัวเรือนซึ่งเป็นหน่วยเศรษฐกิจพื้นฐานที่สำคัญของประเทศเป็นภาคเศรษฐกิจที่มีอัตราการออมต่ำที่สุดเมื่อเทียบกับ GDP กล่าวคือ ก่อนช่วงวิกฤตเศรษฐกิจการออมภาคครัวเรือนมีอัตราการออมต่อรายได้ประชาชาติสูงถึงร้อยละ 14.4 ในปี 2532 หลังช่วงวิกฤตเศรษฐกิจ ซึ่งเป็นผลมาจากนโยบายกระตุ้นการใช้จ่ายและบริโภค ภาคครัวเรือนมีอัตราการออมถดถอยลงอย่างต่อเนื่องจนในปี 2546 ลดลงเหลือเพียงร้อยละ 3.8 สาเหตุเนื่องจากการขาดความรู้ความเข้าใจในเรื่องการเงิน ทำให้ไม่สามารถวางแผนการเงินได้อย่างเหมาะสม สอดคล้องกับวรเวศม์ สุวรรณระดา และสมประวิณ มันประเสริฐ (2552) ที่ศึกษาปัจจัยกำหนดพฤติกรรมการออมของผู้มีงานในประเทศไทย : การศึกษาจากข้อมูลการสำรวจในระดับจุลภาค ข้อมูลเก็บจากภาคสนามใน 15 จังหวัด รวมทั้งสิ้น 2,028 ตัวอย่าง พบว่า การมีลักษณะนิสัยรู้จักการวางแผนในการดำเนินชีวิต และการมีความรู้เกี่ยวกับการเงิน จะส่งผลต่อการเป็นผู้ออมเงิน และทีมข่าวเศรษฐกิจ หนังสือพิมพ์ไทยรัฐร่วมกับศูนย์พยากรณ์เศรษฐกิจและธุรกิจ มหาวิทยาลัยหอการค้าไทย ภายใต้การสนับสนุนของตลาดหลักทรัพย์แห่งประเทศไทย และ บริษัท ปตท. จำกัด (มหาชน) ทำการวิจัยเชิงสำรวจเรื่อง “ทัศนคติของประชาชนต่อเศรษฐกิจพอเพียงกรณีศึกษาตัวอย่างประชาชน 18 จังหวัด” กลุ่มตัวอย่างจำนวน 3,073 คน ระหว่าง มกราคม – มกราคม 2550 โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อสำรวจความคิดเห็นของประชาชนต่อแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง จากการสำรวจ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีรายได้ครัวเรือนต่อเดือนค่อนข้างต่ำ คือร้อยละ 10.3 มีรายได้เกิน 5,000 บาท ร้อยละ 19.0 มีรายได้ 5,001-10,000 บาท ในจำนวนนี้ร้อยละ 27.2 อาศัยอยู่บ้านเช่า หรือบ้านญาติ กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 62.9 มีหนี้สินเฉลี่ยครัวเรือนละ 404,470 บาท คิดเป็นสัดส่วน 14.1 เท่ารายได้ และพบว่ากลุ่ม

ตัวอย่างร้อยละ 35.0 เป็นหนี้เพื่อการใช้จ่ายอุปโภคบริโภคในชีวิตประจำวัน แสดงถึงการมีรายได้ไม่พอค่าใช้จ่ายทั่วไป ในเรื่องของการออมพบว่าร้อยละ 24.4 ไม่มีการออมเงิน และร้อยละ 71.6 มีการออมเงินเฉลี่ยร้อยละ 18.1 ของรายได้ ส่วนพฤติกรรมการใช้จ่ายเมื่อเทียบกับปีที่ผ่านมา กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 34.1 มีการใช้จ่ายเพิ่มขึ้น และพบว่าร้อยละ 20.1 ใช้จ่ายมากกว่ารายได้ที่ได้รับในแต่ละเดือน นอกจากนี้การสำรวจการออมของประชาชนในช่วงไตรมาสแรกในปี 2554 กรณีศึกษาตัวอย่าง ผู้บริโภคระดับครัวเรือนใน 12 จังหวัดของประเทศ ของศูนย์วิจัยเอแบคชนวัตกรรมทางสังคม การจัดการและธุรกิจ (ศูนย์วิจัยธุรกิจ) มหาวิทยาลัยอัสสัมชัญ ร่วมกับสมาคมศิษย์เก่ามหาวิทยาลัยอัสสัมชัญ จำนวนตัวอย่างทั้งสิ้น 1,632 ตัวอย่าง ดำเนินโครงการระหว่างวันที่ 1 – 22 เมษายน 2554 พบว่าประชาชนส่วนใหญ่ร้อยละ 70.8 ไม่มีเงินเก็บออม (<http://www.thairath.co.th/news.php?section=econmic02&content=36598>)

การสำรวจสัดส่วนการออมในกลุ่มเยาวชนพบว่ามีความสอดคล้องกัน จากการสัมมนาระดับชาติเรื่อง “เด็กไทยรู้ทัน” วันที่ 10 มีนาคม พ.ศ. 2547 (ประเวศ วะสี. 2547) ณ หอประชุมใหญ่ ศูนย์วัฒนธรรมแห่งประเทศไทย เปิดเผยว่า เยาวชนอายุ 5-24 ปี ประมาณ 21 ล้านคน มีเงินไปโรงเรียนปีละ 354,971,000,000 บาท เป็นเงินค่าขนม 161,580,000,000 บาท ใกล้เคียงกับงบประมาณ 190,262,836,200 บาท ของกระทรวงศึกษาธิการ พ.ศ.2547 และคิดเป็นร้อยละ 15.7 ของเงินงบประมาณแผ่นดิน พ.ศ.2547 ข้อมูลระดับครอบครัวพบว่าครอบครัวไทย 16,470,000 ครัวเรือน มีรายได้เฉลี่ยครัวเรือนละ 13,736 บาทต่อเดือน และร้อยละ 62.4 มีหนี้สิน แต่มีค่าใช้จ่ายขนมสำหรับบุตรเฉลี่ย 800 บาทต่อเดือนต่อคน หรือเฉลี่ย 9,810.56 บาทต่อปีต่อคน ขณะที่ครอบครัวมีค่าใช้จ่ายเพื่อการศึกษาเฉลี่ย 3,024 บาทต่อปีต่อคน น้อยกว่าเงินซื้อขนมถึง 3.24 เท่า สอดคล้องกับศูนย์วิจัยกรุงเทพโพลล์ สถาบันวิจัยมหาวิทยาลัยกรุงเทพ สำรวจความคิดเห็นเกี่ยวกับ“สำนึกเรื่องการประหยัดของเยาวชนไทยในยุคน้ำมันแพง” ในเยาวชนอายุ 15-22 ปี เขตกรุงเทพมหานคร และปริมณฑลจำนวน 1,223 คน ระหว่างวันที่ 5-12 พฤษภาคม 2549 (<http://research.bu.ac.th>) พบว่าเยาวชนส่วนใหญ่มีค่าใช้จ่ายส่วนตัวเฉลี่ยวันละ 101-200 บาท และมากที่สุดวันละ 500 บาท ร้อยละ 28 ช่วยแบ่งเบาภาระด้านการเงินของครอบครัวด้วยการทำงานพิเศษนอกเวลาเรียนและพยายามใช้จ่ายอย่างประหยัด ร้อยละ 67.7 เห็นว่าตนเองมีพฤติกรรมการใช้จ่ายเงินฟุ่มเฟือย ค่าใช้จ่ายฟุ่มเฟือยที่พบมากที่สุด คือ ค่าอาหารและเครื่องดื่มร้อยละ 31.6 รองลงมาคือค่าเที่ยวเตร่ สังสรรค์ ค่าแต่งตัว ค่าโทรศัพท์ ค่าเล่นเกม เยาวชนส่วนใหญ่ ระบุสาเหตุของการใช้จ่ายฟุ่มเฟือย คือ การไม่รู้จักรักห้ามใจตนเอง รองลงมาต้องการการยอมรับจากเพื่อนและสังคมรอบข้าง อิทธิพลของสื่อและการโฆษณา การไม่รู้ถึงความยากลำบากในการหาเงิน การเลี้ยงดูของพ่อแม่ที่ตามใจลูกมากเกินไป และผลการศึกษาโครงการวิจัย Child Watch ของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว.)(elibrary.trf.or.th/search) ปี 2546 พบว่าเด็กไทยเป็นนักบริโภค และคิดวัตถุมากกว่าครอบครัวและศาสนา ในรอบ 1 เดือนพบว่า เด็กกิน

อาหารจานด่วนเฉลี่ยราว 3 ครั้ง ไปเดินห้างสรรพสินค้าประมาณ 4 ครั้ง ซื้อเครื่องสำอางบำรุงผิว ประมาณ 2 ครั้ง นอกจากนี้ยังพบว่า เด็กวัยรุ่นในต่างจังหวัดราวร้อยละ 50 ที่เข้าร้าน internet เป็นประจำ และร้อยละ 30 มีโทรศัพท์มือถือใช้และจากการที่เด็กวัยรุ่นใช้เวลาไปกับกระแสนิยม และหมดเวลาไปกับการเดินห้าง หรือพูดคุยกับเพื่อน หรือเล่นเกมผ่านเทคโนโลยีสมัยใหม่ ทำให้เด็กวัยรุ่นใช้เวลากับครอบครัวน้อยลงด้วย

การสำรวจพฤติกรรมกรรมการออมในนักเรียนนิสิตนักศึกษามีความสอดคล้องเช่นเดียวกัน จากการสำรวจความคิดเห็นเกี่ยวกับออมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โรงเรียนหอวัง ระหว่าง พฤศจิกายน 2548 จำนวน 200 คน แบ่งเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นและตอนปลาย ช่วงชั้นละ 100 คน เป็นนักเรียนชายและหญิงจำนวนเท่าๆกัน ผลการสำรวจพบว่านักเรียนมีวิธีการออมและสัดส่วนการออมแตกต่างกัน ดังนี้ นักเรียนทั้ง 2 ช่วงชั้นมีค่าใช้จ่ายอาหารและขนมมากที่สุด ร้อยละ 35.00 และ 38.00 ตามลำดับ ค่าขนมที่ได้รับต่อเดือนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นมากกว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นร้อยละ 30 มีค่าขนม 600 – 1,500 บาท ร้อยละ 16 มีค่าขนม 3,500 บาทขึ้นไป นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ร้อยละ 26 มีค่าขนม 600 – 1,500 บาท ร้อยละ 10 มีค่าขนม 3,500 บาทขึ้นไป นอกจากนี้ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นมีค่าเล่นเกมหรืออินเทอร์เน็ตมากกว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย คือ ร้อยละ 5.33 และ 3.00 ตามลำดับ นักเรียนทั้ง 2 ช่วงชั้นส่วนใหญ่มีทัศนคติต่อการออมว่าค่อนข้างสำคัญและสำคัญมาก ร้อยละ 78 และ 86 ตามลำดับ แต่อย่างไรก็ตามพบว่านักเรียนทั้ง 2 ช่วงชั้นมีทัศนคติต่อการออมว่าเก็บหรือไม่เก็บก็ได้ ร้อยละ 18 และ 14 ตามลำดับ และนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นมีทัศนคติว่าไม่มีความจำเป็นต้องเก็บ ร้อยละ 4 และความคิดเห็นต่อการออมเงิน 100 บาท พบว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นไม่ต้องการเก็บออมเลย ร้อยละ 6 นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย มีความคิดเห็นควรออมตั้งแต่ 10-30 บาทขึ้นไป นักเรียนทั้ง 2 ช่วงชั้นส่วนใหญ่เลือกวิธีในการออมโดยฝากธนาคารและเก็บใส่กระปุกออมสิน ร้อยละ 67.00 และ 69.67 ตามลำดับ ฝากไว้ที่ผู้ปกครอง ร้อยละ 24.00 และ 19.34 ตามลำดับ (โรงเรียนหอวัง , 2548) สอดคล้องกับการพัฒนาพฤติกรรมกรรมการออมในเยาวชนโดยใช้กลยุทธ์การสื่อสารเพื่อการพัฒนา : กรณีศึกษาเยาวชนระดับอาชีวศึกษาในจังหวัดเชียงใหม่(กุลิสรา กฤตวรกาญจน์. 2548) จำนวน 428 คน 13 โรงเรียนระหว่าง มิถุนายน – กันยายน 2548 พบว่านักเรียนมีรายจ่ายประจำ 1,001 – 2,000 บาท / เดือน เริ่มเก็บเงินออมตั้งแต่อายุ 5 – 10 ปี ขณะเดียวกันพบว่าร้อยละ 30 ไม่มีเงินออม และร้อยละ 34.6 มีหนี้สิน และสอดคล้องกับการสำรวจพฤติกรรมกรรมการจัดการการเงินส่วนบุคคล (Money Watch) โครงการความร่วมมือระหว่างสถาบันรามจิตติและตลาดหลักทรัพย์แห่งประเทศไทย (http://www.ramajitti.com/research_project_money.php) มีวัตถุประสงค์เพื่อสำรวจพฤติกรรมและทัศนคติในการจัดการการเงินส่วนบุคคล การออม และการลงทุนของประชาชน 14 จังหวัด ศึกษาในทุกกลุ่มอายุ คือ กลุ่มนักเรียนนิสิตนักศึกษา กลุ่มวัยทำงาน และกลุ่มวัยเกษียณ ระหว่างเดือน

กุมภาพันธ์ - มีนาคม 2549 ผลการสำรวจกลุ่มนักเรียนนิสิตนักศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างระดับประถมศึกษา มีรายได้เฉลี่ย 30 บาทต่อวัน มีรายจ่ายเฉลี่ย 27 บาทต่อวัน วัน และกลุ่มตัวอย่างระดับอุดมศึกษา มีรายได้เฉลี่ย 3,000 บาทต่อเดือน มีรายจ่ายเฉลี่ย 100 บาทต่อวัน โดยกลุ่มตัวอย่างในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑลมีระดับรายจ่ายเฉลี่ยสูงกว่าทุกภาค กลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมการบริโภคที่ฟุ่มเฟือย กล่าวคือ กลุ่มตัวอย่างระดับประถม มัธยม และอุดมศึกษามีโทรศัพท์มือถือใช้ ถึงร้อยละ 30,64 และ 90 ตามลำดับ มีค่าใช้จ่ายในการโทรเฉลี่ย 300 , 300 และ 350 บาทต่อเดือนตามลำดับ และคิดจะเปลี่ยนโทรศัพท์ภายใน 1 ปี ร้อยละ 20 , 31 และ 41 ตามลำดับ นอกจากนี้ลักษณะนิสัยแบบอยากซื้ออะไรมักซื้อเลย พบในกลุ่มตัวอย่างระดับ ประถม มัธยม และอุดมศึกษาถึงร้อยละ 31 , 44 และ 20 ตามลำดับ และมักซื้อสินค้าตามอิทธิพลการโฆษณา ร้อยละ 17 ,12 และ 11 ตามลำดับ ผลการสำรวจปัญหาหารายรับไม่พอรายจ่าย กลุ่มตัวอย่างระดับประถมกลุ่มตัวอย่างระดับมัธยมศึกษา มีรายได้เฉลี่ย 2,000 บาทต่อเดือน มีรายจ่ายเฉลี่ย 70 บาทต่อและมัธยมศึกษาต้องขอค่าขนมเพิ่มเป็นประจำจากผู้ปกครองร้อยละ 29 กลุ่มตัวอย่างระดับอุดม ศึกษาต้องยืมเงินเพื่อนเป็นประจำ ร้อยละ 15 และเล่นการพนันเพื่อหวังเป็นช่อง ทางเพิ่มรายได้ให้ตนเอง ร้อยละ 30 อย่างไรก็ตามพบว่ากลุ่มตัวอย่างระดับ ประถมและมัธยมศึกษา ร้อยละ 67 และ 55 ตามลำดับ ได้รับการสอนเรื่องความประหยัดและการออม จากที่บ้าน แต่มีการออมเงินจริงเพียงร้อยละ 38 และ 25 ตามลำดับ ส่วนกลุ่มตัวอย่างระดับอุดมศึกษา มีการออมเงินจริงร้อยละ 34 โดยส่วนใหญ่มีการออมเงินเดือนละ 100 , 200 และ 500 บาท ตามลำดับ และร้อยละ 52 , 40 และ 30 ใช้วิธีหยอดกระปุกเก็บไว้ที่บ้าน ร้อยละ 21 ,18 และ 20 นำไปฝากธนาคาร ร้อยละ 13 , 21 และ 20 เอาเงินที่เหลือไปใช้เที่ยวเตร่ กลุ่มตัวอย่างอยากทำงานหารายได้พิเศษร้อยละ 36 ,55 และ 68 ในกลุ่มตัวอย่างทั้ง 3 โดยเฉพาะกลุ่มตัวอย่างระดับอุดมศึกษาร้อยละ 40 อยากมีธุรกิจส่วนตัวในอนาคต

จากการทบทวนงานวิจัยที่นำไปใช้ประโยชน์โดยฝ่ายวิจัยเพื่อพัฒนาท้องถิ่น สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว.) พบว่าโครงการความร่วมมือเพื่อแก้ปัญหาความยากจน การพัฒนาสังคมและสุขภาวะ (พ.ศ. 2550-2551) เป็นการขับเคลื่อนพลังประชาชนเพื่อการเปลี่ยนแปลงชุมชน โดยยึดหลักการใช้องค์ความรู้เพื่อการพัฒนาสู่ความรู้ เพื่อการเปลี่ยนแปลงด้วยความร่วมมือของทุกภาคส่วนในพื้นที่ เป็นการพัฒนาวีธีคิดผ่านการปฏิบัติจริง โดยจัดกลไกการประสานงานและติดตามผู้นำการเปลี่ยนแปลง (change agent) เพื่อสนับสนุนการทำงาน โดยเฉพาะการทำงานในระดับตำบลให้มีข้อมูลบัญชีครัวเรือนที่จัดเก็บอย่างต่อเนื่อง เพื่อเป้าหมายของการสร้างชุมชนเข้มแข็งจากภายใน (ณรงค์ คงมาก. 2552) โครงการความร่วมมือฯ ได้ขยายผลประยุกต์ใช้สู่วงกว้าง ดังกรณีตัวอย่างจังหวัดชัยนาท เป็น 1 ใน 20 จังหวัดที่ได้เข้าร่วมโครงการความร่วมมือฯ ได้นำเสนอบทเรียนการบริหารจัดการที่ดีในเวทีถอดบทเรียนการทำงานโครงการความร่วมมือฯ เพื่อเป้าหมายการพัฒนาสู่ตำบลเข้มแข็ง โดยมีการทำงานบนฐานข้อมูล และมีโครงสร้างการทำงานที่ชัดเจน มีระบบ สามารถตรวจสอบได้ (ยุพิน

ชำนาญ. 2552) ดังนี้ 1) การบริหารคน ได้เน้นการมีส่วนร่วมของประชาชนในการนำเสนอข้อมูลบัญชีครัวเรือนเป็นข้อมูลพื้นฐานสำหรับการวางแผนการกำหนดทิศทางการพัฒนาจังหวัด โดยมีการวางแผนให้มีอาสาสมัครในระดับหมู่บ้าน ทำหน้าที่ในการประสานงานจัดเก็บข้อมูลและจัดเวทีหมู่บ้าน และมีตัวแทนจากทุกภาคส่วนเป็นคณะทำงานระดับตำบล อำเภอ และจังหวัด 2) การบริหารกิจกรรม ประกอบด้วยการจัดทำแผนชีวิตชุมชน (แผนแม่บทชุมชน) มีการตั้งเป้าหมายการจัดเก็บข้อมูลบัญชีรายรับ - จ่ายครัวเรือน อย่างน้อยร้อยละ 30 มีตัวแทนระดับหมู่บ้านเป็นผู้ให้ความรู้เรื่องการจดบันทึก และการจัดเวทีคืนข้อมูลทำความเข้าใจกับชาวบ้าน โดยทีมงานระดับจังหวัดได้แบ่งกลุ่มดูแลโซนที่รับผิดชอบสนับสนุนการทำงานของทีมงานระดับหมู่บ้านและตำบล 3) การบริหารและการประชาสัมพันธ์ ประกอบด้วยคณะทำงานจังหวัด และกลไกของผู้ประสานงานจังหวัด ในการเฝ้าติดตามพื้นที่ตามโซน 4) การบริหารงบประมาณ เป็นรูปแบบการบริหารจัดการที่มีความสำคัญพร้อมการจัดเก็บหลักฐานตรวจสอบได้ โครงการวิจัยเรื่อง การจัดระเบียบสังคมบ้านดง ตำบลนายาง อำเภอสมปราบ จังหวัดลำปาง (สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย. 2552) จากการประมวลค่าใช้จ่ายงานศพในช่วงที่ผ่านมา ผลการวิเคราะห์นำไปสู่การทดลองรณรงค์การลดเหล้าในงานศพเป็นลำดับแรก พบว่าค่าใช้จ่ายงานศพลดลงจาก 30,000 บาท เหลือ 15,000 – 16,000 บาท ค่าใช้จ่ายที่ลดลงอย่างชัดเจนส่งผลถึงขับเคลื่อนไปสู่การลดค่าใช้จ่ายอื่นๆ ที่เป็นสาเหตุของความฟุ่มเฟือย เช่น โลงหรือปราสาทใส่ศพ การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในเรื่องการลดค่าใช้จ่ายในงานศพไม่ใช่ปัญหาที่แก้ได้ง่ายๆ ทำให้เห็นว่าเมื่อคนในชุมชนร่วมคิด ร่วมทำ และแก้ไขปัญหาที่เผชิญร่วมกันบนฐานข้อมูลที่มีอยู่ ผนวกกับเรื่องศาสนา และบาปบุญ รูปแบบและพิธีกรรมงานศพในอดีต ตลอดจนปัญหาที่บั่นทอนสุขภาพกายและสุขภาพจิตของคนในชุมชนจนเกิดแนวร่วมช่วยเชื่อมโยงความสัมพันธ์ของคนในชุมชน ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ความสามัคคี และสร้างวัฒนธรรมของความร่วมมือให้กลับคืนมา และโครงการชุมชนพอเพียง (กอร์ปศักดิ์ สภาวสุ. 2552) เป็นหนึ่งในมาตรการเร่งด่วนในการแก้ไขปัญหาเศรษฐกิจของประเทศ กว่า 82,000 ชุมชนทั่วประเทศ ดำเนินแนวทางตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง โดยการมีส่วนร่วมของประชาชนเพื่อยกระดับชุมชน ลดผลกระทบด้านค่าครองชีพของประชาชน เพิ่มขีดความสามารถ และความเข้มแข็งของชุมชนและครอบครัว สร้างความมั่นคงและยั่งยืนให้กับชุมชน

นอกจากนี้ชัยยะ นัตถเวชศิริ (2552) นักวิชาการอิสระได้วิเคราะห์ข้อมูลบัญชีครัวเรือนที่เป็นเครื่องมือสำคัญที่โครงการความร่วมมือฯ ใช้ในการแยกแยะรายรับ - รายจ่าย และการออมเงิน เพื่อให้เห็นตามสภาพความเป็นจริงของการใช้บัญชีครัวเรือน และเป็นเครื่องมือที่สามารถสร้างความอยู่ดีกินดีในระดับครัวเรือน โดยการศึกษาความเป็นไปได้ทางการเงินและการจัดการความเสี่ยง (Risk management) ซึ่งความสำคัญและประโยชน์ของบัญชีครัวเรือนนอกจากเป็นเครื่องมือในการเก็บข้อมูลในอดีตมาใช้ ยังสามารถใช้เป็นบัญชีรับจ่ายครัวเรือนสำหรับอนาคตได้ด้วย ประยงค์ ธรรมรงค์ (2552) ปราชญ์ชาวบ้านชุมชนไม้เรียง จังหวัดนครศรีธรรมราช ผู้ได้รับรางวัลแมกไซไซ ผู้นำเศรษฐกิจชุมชน

ประจำปี 2547 เป็นผู้นำที่ทำให้ชุมชนรู้จักการเรียนรู้และค้นหาทางออกด้วยการพึ่งตนเอง กลไกสำคัญคือการวิเคราะห์บัญชีรับ – จ่ายครัวเรือน จัดหมวดหมู่ และจัดเวทีคืนข้อมูลทำความเข้าใจกับชาวบ้าน ทดลองให้มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์กัน ถอดบทเรียนผู้ที่มีประสบการณ์ดีๆ ถ่ายทอดไปสู่คนอื่น สกัดความรู้ที่มีอยู่ในตัวคนที่ได้ลองฝึกลองถูก เป็นชุมชนตัวอย่างภูมิปัญญาและการจัดการความรู้ที่มีอยู่ในตัวคน นอกจากนี้การศึกษาดูงานในพื้นที่ก็เป็นแนวทางหนึ่งที่จะเกิดประโยชน์ยิ่ง โดยปรับให้เหมาะสมกับสภาพพื้นที่ของตนเองและทำให้ได้ดีกว่าต้นแบบ จึงจะเกิดการพัฒนาและพึ่งพาตนเองได้



บทที่ 3

วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบ่งเป็น 3 ระยะ ระยะที่ 1 ดำเนินการทดลองสร้างความตระหนักต่อการออม และระยะที่ 2 ดำเนินการทดลองสร้างต้นแบบการออม ณ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร และองค์กรักษ์ ระยะที่ 3 ดำเนินการทดลองเผยแพร่ต้นแบบการออม ณ โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) ซึ่งผู้วิจัยได้นำแนวคิดและผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องมาเป็นแนวทางในการศึกษา โดยดำเนินการวิจัยตามขั้นตอนการกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า การเก็บรวบรวมข้อมูล การจัดกระทำและวิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติการวิจัย ดังรายละเอียดต่อไปนี้

การกำหนดประชากรและเลือกกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในการศึกษานี้ แบ่งเป็น

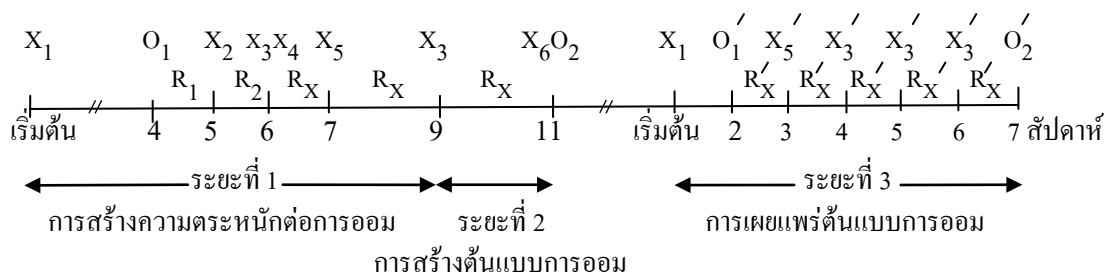
กลุ่มตัวอย่างในระยะที่ 1 การสร้างความตระหนักต่อการออม และระยะที่ 2 การสร้างต้นแบบการออม คือ กลุ่มเป้าหมายหลัก เป็นนิสิตสาขาวิชาสุขศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ภาคการศึกษาที่ 2 ปี 2552 จำนวน 156 คน ประกอบด้วยนิสิตชั้นปีที่ 1 – 4 ที่กำลังศึกษาที่องค์กรักษ์ 128 คนและประสานมิตร 28 คน แบ่งเป็นนิสิตแกนนำ 42 คน ถ่ายทอดสู่สมาชิกกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน 114 คน

กลุ่มตัวอย่างในระยะที่ 3 การเผยแพร่ต้นแบบการออม คือ กลุ่มเป้าหมายรอง เป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) จำนวน 125 คน แบ่งเป็นนักเรียนแกนนำ 20 คน และสมาชิกกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน 115 คน กับนิสิตแกนนำ 28 คน ถ่ายทอดสู่นักเรียนแกนนำ 20 คน ดังตาราง 2

ตาราง 2 จำนวนกลุ่มตัวอย่างและแกนนำ จำแนกตามระยะของแผนการวิจัย และสถานศึกษา

3	สถานศึกษา	กลุ่มตัวอย่าง	แกนนำ	รวม
ระยะที่ 1 - 2	มศว. ประสานมิตร	20 (12.82)	8 (5.13)	28 (17.95)
	มศว.องค์กรักษ์	94 (60.26)	34 (21.79)	128 (82.05)
	รวม	114 (73.08)	42 (26.92)	156 (100.00)
ระยะที่ 3	โรงเรียนสาธิต มศว. (ฝ่ายมัธยม)	115 (92.00)	10 (8.00)	125 (100.00)

แบบแผนการวิจัย



O₁, O₁' หมายถึง นิสิตตัวอย่าง -นักเรียนตัวอย่าง ตอบแบบสอบถามก่อนการทดลอง

O₂, O₂' หมายถึง นิสิตตัวอย่าง - นักเรียนตัวอย่าง ตอบแบบสอบถามหลังการทดลอง

X₁, X₁' หมายถึง การเตรียมการกลุ่มเป้าหมายหลัก - กลุ่มเป้าหมายรอง

X₂ หมายถึง นิสิตแกนนำระดมสมอง : ร่างบัญชีรายรับ -จ่าย

X₃, X₃' หมายถึง กิจกรรมกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน ในนิสิตตัวอย่าง - นักเรียนตัวอย่าง

X₄ หมายถึง นิสิตแกนนำจัดทำบัญชีรับ - จ่าย มศ. พอเพียง

X₅, X₅' หมายถึง บรรยาย “การออมทรัพย์: ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง” สำหรับนิสิตตัวอย่าง - นักเรียนตัวอย่าง

X₆ หมายถึง นิสิตแกนนำระดมสมอง : สร้างต้นแบบการออม

R₁ หมายถึง นิสิตตัวอย่างบันทึกรายรับ - จ่าย

R₂ หมายถึง นิสิตตัวอย่างบันทึกบัญชีรับ -จ่าย ฉบับร่าง

R_X, R_X' หมายถึง นิสิตตัวอย่าง - นักเรียนตัวอย่าง บันทึกบัญชีรับ - จ่าย มศ. พอเพียง

ภาพประกอบ 7 แผนการวิจัย

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

การศึกษาและวิเคราะห์เอกสารจากตำราวิชาการ วารสาร งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรม การออม เป็นแนวทางในการสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา ดังนี้

1. แบบสอบถามการออมในชีวิตประจำวัน

1.1 แบบสอบถามเจตคติต่อการออม ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 20 ข้อ แบ่งเป็นข้อคำถามทางบวก 10 ข้อ (ข้อ 2-3 , 5 , 7-8 , 11-12 , 14-16) ข้อที่เหลือเป็นข้อคำถามทางลบ 10 ข้อ ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบมาตรวัดประมาณค่า 5 ระดับ มีเกณฑ์ให้คะแนนดังนี้

	ข้อความทางบวก	ข้อความทางลบ
เห็นด้วยอย่างยิ่ง	5	1
เห็นด้วย	4	2
ไม่แน่ใจ	3	3
ไม่เห็นด้วย	2	4
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	1	5

เกณฑ์การแปลความหมายคะแนน แบ่งเป็น 2 ระดับ ดังนี้ (Best. 1970 : 178)

คะแนนเฉลี่ย < 3 หมายถึง มีเจตคติในทางลบ

คะแนนเฉลี่ย ≥ 3 หมายถึง มีเจตคติในทางบวก

1.2 แบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเอง ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 25 ข้อ แบ่งเป็น ข้อคำถามทางบวก 8 ข้อ (ข้อ 1 , 4 , 5 , 8 , 9 , 14 , 19 , 20) ข้อที่เหลือเป็นข้อคำถามทางลบ 17 ข้อ Coopersmith Self-Esteem Inventory : Adult Form (Coopersmith, 2002) ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบเลือกตอบ 2 ตัวเลือก คือ ใช่ ไม่ใช่ มีเกณฑ์ให้คะแนนดังนี้

	ข้อคำถามทางบวก	ข้อคำถามทางลบ
ใช่	1	0
ไม่ใช่	0	1

คะแนนดิบ (Raw Score) คือ คะแนนที่ได้ทั้งหมดจากการตอบคำถามทุกข้อนำมา รวมกัน ดังนั้นคะแนนดิบสูงสุดที่จะเป็นไปได้คือ 25 คะแนน

คะแนนรวม (Total Score) คือ คะแนนดิบคูณด้วย 4 เพื่อให้ได้คะแนนเต็มเป็น 100 คะแนน ดังนั้นคะแนนดิบสูงสุดที่จะเป็นไปได้คือ 100 คะแนน

เกณฑ์การแปลความหมายคะแนน

คะแนน ≥ 70 หมายถึง การเห็นคุณค่าในตนเองสูง

คะแนน < 70 หมายถึง การเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ

1.3 แบบสอบถามพฤติกรรมการออม ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 30 ข้อ แบ่งเป็น ข้อคำถามทางบวก 16 ข้อ (ข้อ 2-4 , 6 , 9-10 , 12 , 16-17 , 19-20 , 23-25 , 27-28) ข้อที่เหลือเป็นข้อคำถามทางลบ 14 ข้อลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบเลือกตอบ 2 ตัวเลือก คือ ใช่ ไม่ใช่ มีเกณฑ์ให้คะแนนดังนี้

	ข้อคำถามทางบวก	ข้อคำถามทางลบ
ใช่	1	0
ไม่ใช่	0	1

เกณฑ์การแปลความหมายคะแนน แบ่งเป็น 3 ระดับ ดังนี้

- 0 – 0.32 คะแนน หมายถึง มีพฤติกรรมกรรมการออมระดับควรปรับปรุง
- 0.33 – 0.67 คะแนน หมายถึง มีพฤติกรรมกรรมการออมระดับพอใช้
- 0.68 – 1.00 คะแนน หมายถึง มีพฤติกรรมกรรมการออมระดับดี

2. แบบบันทึก “ บัญชีรับ-จ่าย มศว. พอเพียง ” เป็นแบบบันทึกค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน ประกอบด้วย 5 หมวด 20 รายการ คือ

- 2.1 หมวดใช้จ่ายสำหรับการศึกษา ได้แก่ 1) ค่าวัสดุ อุปกรณ์ เครื่องเขียน 2) ค่าเอกสาร ตำรา 3) ค่ากิจกรรมพิเศษ
- 2.2 หมวดเสื้อผ้า เครื่องแต่งกาย ได้แก่ 1) เสื้อผ้า 2) เครื่องสำอาง 3) เครื่องประดับ 4) ผสม : ตัด คัด ย้อม
- 2.3 หมวดบันเทิง ได้แก่ 1) ดุหนัง ฟังเพลง 2) เลี้ยงสังสรรค์ 3) ของขวัญ
- 2.4 หมวดอาหาร ได้แก่ 1) อาหารหลัก 2) อาหารว่าง ขนมขบเคี้ยว 3) เครื่องดื่มทั่วไป เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ชูการ์ลิ่ง 4) บุหรี่
- 2.5 หมวดใช้สอย ได้แก่ 1) ของใช้ประจำวัน : สบู่ แชมพู 2) โทรศัพท์มือถือ 3) ค่าโดยสาร รถ 4) ยา เวชภัณฑ์ 5) หนังสืออ่านเล่น

วิธีการหาคุณภาพของเครื่องมือ

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ตรวจสอบคุณภาพแบบสอบถาม โดยนำแบบสอบถามเจตคติต่อการออม แบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเอง และแบบสอบถามพฤติกรรมกรรมการออมไปทดลองใช้ (Try out) กับนิสิตสาขาวิชาสุขศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน วิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกและความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. การวิเคราะห์ค่าอำนาจจำแนก (Discrimination power) โดยหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนทั้งฉบับ (Corrected item to total correlation) แบบสอบถามเจตคติต่อการออมได้หาค่าอำนาจจำแนก 0.28-0.78 แบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเองได้หาค่าอำนาจจำแนก 0.51-0.69 แบบสอบถามพฤติกรรมกรรมการออมได้หาค่าอำนาจจำแนก 0.37-0.56

2. การวิเคราะห์ค่าความเชื่อมั่น (Reliability) โดยหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของ ครอนบาค (Cronbach Alpha-coefficient)

ผลการวิเคราะห์คุณภาพแบบสอบถามของแบบสอบถาม ดังตาราง 3

ตาราง 3 ค่าอำนาจจำแนก และค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามจากการทดลองใช้กับนิสิตสาขาวิชา
ศึกษาศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำนวน 30 คน

แบบสอบถาม	จำนวนข้อ	อำนาจจำแนก			ค่าความเชื่อมั่น	
		0.20-0.50 พอใช้	0.51-0.80 ดี	> 0.80 ดีมาก	ค่าความ เชื่อมั่น	ระดับ
เจตคติต่อการออม	20	12	8	0	0.84	สูงมาก
การเห็นคุณค่าในตนเอง	25	0	25	0	0.71	ค่อนข้างสูง
พฤติกรรมทางการเงิน	30	23	7	0	0.75	ค่อนข้างสูง

ขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย

ขั้นตอนในการดำเนินการวิจัยแบ่งเป็น 3 ระยะ เป็นเวลา 10 เดือน ระหว่างเดือนกันยายน 2553 ถึง
เดือนกรกฎาคม 2554 ดังตาราง 4

ตาราง 4 ขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย

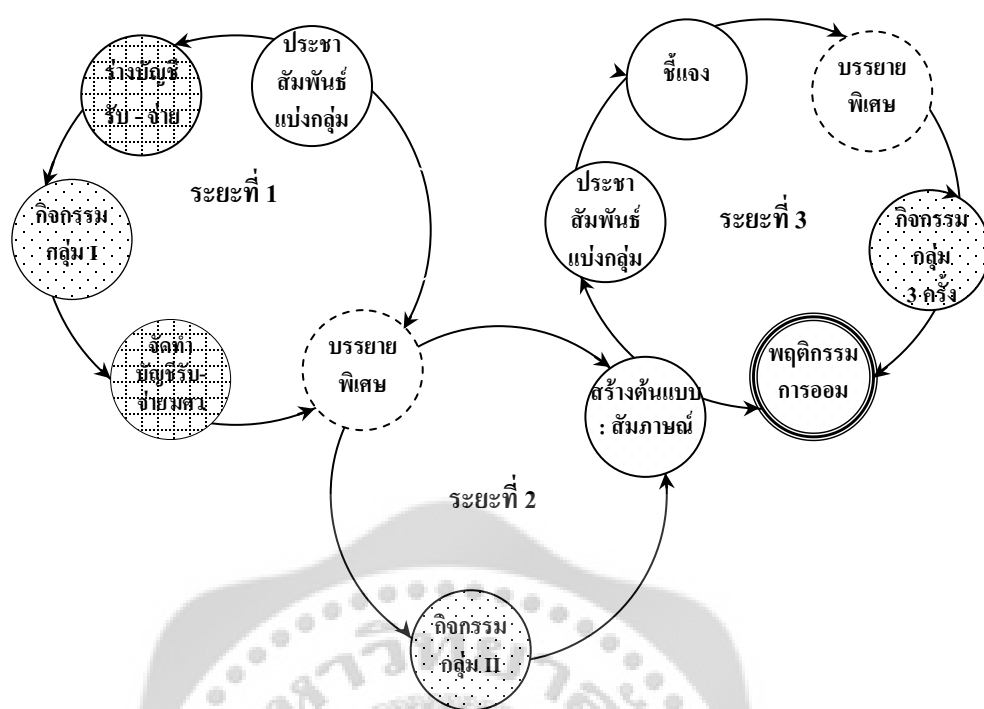
สัปดาห์	การดำเนินการวิจัย	นาที
เริ่มต้น	ระยะที่ 1 การสร้างความตระหนักรู้ต่อการออม การเตรียมการกลุ่มเป้าหมายหลัก (X_1)	
	1. ประชาสัมพันธ์โครงการ จัดแบ่งนิสิต 222 คน เป็นกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน 21 กลุ่มๆ ละ 9 - 15 คน และเลือกนิสิตแกนนำกลุ่มละ 2 คน รวม 42 คน 2. ประชุมชี้แจงนิสิตแกนนำ 42 คนผู้วิจัยชี้แจงโครงการและบทบาทการเป็นแกนนำในการกระตุ้นการแลกเปลี่ยนประสบการณ์การใช้เงินในชีวิตประจำวันของสมาชิก แจกและรวบรวมแบบบันทึกรายรับ-รายจ่ายแบบสอบถาม	30
4	นิสิตแกนนำให้สมาชิกกลุ่มตอบแบบสอบถามก่อนการทดลอง (O_1 : pretest) และแจกแบบบันทึกรายรับ-รายจ่าย 1 สัปดาห์ให้สมาชิกกลุ่มบันทึก (R_1)	15
5	นิสิตแกนนำประชุมระดมสมอง (X_2)	45
	1. นำเสนอและสรุปผลการติดตามพฤติกรรมทางการเงินในชีวิตประจำวันของสมาชิกสมาชิกกลุ่มจากแบบบันทึกรายรับ-รายจ่าย 1 สัปดาห์ 2. ร่วมกันจัดหมวดหมู่รายการรับ-จ่าย และร่างบัญชีรายรับ - รายจ่าย แจกบันทึกบัญชีรายรับ-จ่ายฉบับร่าง ให้สมาชิกทดลองบันทึก 1 สัปดาห์ (R_2)	

ตาราง 4 (ต่อ)

สัปดาห์	การดำเนินการวิจัย	นาที
6	กิจกรรมกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน ครั้งที่ 1 (X_3) : สมาชิกกลุ่มแลกเปลี่ยนประสบการณ์การใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน (1 สัปดาห์) นิสิตแกนนำปรับแก้บัญชีรายรับ-รายจ่าย และจัดทำ “บัญชีรับ-จ่าย มศว. พอเพียง” พร้อมโลโก้ (X_4) นิสิตแกนนำแจก “บัญชีรับ-จ่าย มศว. พอเพียง” ให้สมาชิกกลุ่มบันทึก 1 สัปดาห์ (R_x)	30
7	บรรยายพิเศษสำหรับนิสิตตัวอย่าง (X_5) 1. วิทยากรมูลนิธิสยามกัมมาจลบรรยาย “การออมทรัพย์ : ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง” ชม. 2. วิทยากรชี้แนะการถอดบทเรียนการออมจาก “บัญชีรับ-จ่าย มศว. พอเพียง” 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา 3. นิสิตตัวอย่างแลกเปลี่ยนประสบการณ์การออมทรัพย์กับวิทยากร นิสิตแกนนำแจก “บัญชีรับ-จ่าย มศว. พอเพียง” ให้ นิสิตตัวอย่างบันทึก 2 สัปดาห์ (R_x)	4
ระยะที่ 2 การสร้างต้นแบบการออม		
9	กิจกรรมกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน ครั้งที่ 2 (X_3) 1. กระตุ้นและติดตามการใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน (2 สัปดาห์) ของสมาชิกกลุ่ม 2. นิสิตแกนนำแจก “บัญชีรับ-จ่าย มศว. พอเพียง” ให้สมาชิกกลุ่มบันทึก 2 สัปดาห์ (R_x)	30
11	นิสิตแกนนำประชุมระดมสมอง : สร้างต้นแบบการออม (X_6) 1. นิสิตแกนนำแต่ละกลุ่มถอดบทเรียนการออมจาก “บัญชีรับ-จ่าย มศว. พอเพียง” (5 สัปดาห์) 2. นิสิตแกนนำร่วมกันสรุปต้นแบบการออมของนิสิต 3. คัดเลือกและสัมภาษณ์นิสิตที่มีคุณสมบัติเป็นตัวอย่างความสำเร็จของการออม นิสิตตัวอย่างตอบแบบสอบถามหลังการทดลอง (O_2 : posttest)	45
		15

ตาราง 4 (ต่อ)

สัปดาห์	การดำเนินการวิจัย	นาที
ระยะที่ 3 การเผยแพร่ต้นแบบการออม		
เริ่มต้น	การเตรียมการกลุ่มเป้าหมายรอง (X_1')	
	1. ประสานงานกับผู้อำนวยการและคณะทำงาน โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ วางแผนดำเนินงานและประชาสัมพันธ์โครงการ จัดแบ่งนักเรียนเป็นกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน 10 กลุ่มๆละประมาณ 10 คน และเลือกนักเรียนแกนนำกลุ่มๆละ 2 คน รวม 20 คน	30
	2. ประชุมชี้แจงนักเรียนแกนนำ นิสิตแกนนำ 8 คนชี้แจงโครงการและบทบาทการเป็นนักเรียนแกนนำในการแลกเปลี่ยนประสบการณ์การใช้จ่ายในชีวิตประจำวันของสมาชิกกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน	
2	นักเรียนแกนนำให้สมาชิกกลุ่มตอบแบบสอบถาม (O_1' : pretest) และแจก “ บัญชีรับ-จ่าย มศว. พอเพียง ” 1 สัปดาห์ให้สมาชิกกลุ่มบันทึก (R_X') และเก็บรวบรวม	
3	นิสิตแกนนำประสานการบรรยายเรื่อง “การออมทรัพย์ : ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ” 3 ชม. โดยวิทยากรจากมูลนิธิสยามกัมมาจล และแลกเปลี่ยนประสบการณ์การออมทรัพย์กับวิทยากร (X_2')	
3-6	นักเรียนตัวอย่างบันทึก “ บัญชีรับ-จ่าย มศว. พอเพียง ” ทุกสัปดาห์ 4 ครั้ง (R_X')	4สป.
4,5,6	จัดกิจกรรมกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน : สมาชิกแลกเปลี่ยนประสบการณ์การใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน ทุกสัปดาห์ 3 ครั้ง (X_3')	30
7	นักเรียนสมาชิกกลุ่มตอบแบบสอบถามหลังการทดลอง (O_2' : posttest)	15



ภาพประกอบ 8 วิธีดำเนินการวิจัย

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูล แบ่งการเก็บรวบรวมข้อมูลของนิสิตตัวอย่างและนักเรียนตัวอย่าง เป็น 2 ส่วน คือ แบบสอบถามการออมในชีวิตประจำวันและแบบบันทึกค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน ดังตาราง 5

ตาราง 5 การเก็บรวบรวมข้อมูล

นิสิตตัวอย่าง	นักเรียนตัวอย่าง
1. แบบสอบถามการออมในชีวิตประจำวัน นิสิตแกนนำให้สมาชิกกลุ่มตอบแบบสอบถามก่อนการทดลอง (pretest) ในสัปดาห์ที่ 4 และหลังการทดลอง (posttest) ในสัปดาห์ที่ 11	นักเรียนแกนนำให้สมาชิกกลุ่มตอบแบบสอบถามก่อนการทดลอง (pretest) ในสัปดาห์ที่ 2 และหลังการทดลอง (posttest) ในสัปดาห์ที่ 7
2. แบบบันทึกค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน นิสิตแกนนำแจกและรวบรวมแบบบันทึกค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวันให้สมาชิกกลุ่มบันทึก ดังนี้ สัปดาห์ที่ 4 นิสิตแกนนำแจกแบบบันทึกรายรับ-รายจ่าย 1 สัปดาห์ให้สมาชิกกลุ่มบันทึก นิสิตแกนนำเก็บรวบรวม สัปดาห์ที่ 5 ประชุมดำเนินงาน ร่างบัญชีรายรับ-รายจ่าย และให้สมาชิกกลุ่มทดลองบันทึก 1 สัปดาห์ นิสิตแกนนำเก็บรวบรวม สัปดาห์ที่ 6 นิสิตแกนนำจัดทำ “บัญชีรับ-จ่าย มศว. พอเพียง ” และให้สมาชิกกลุ่มบันทึก 1 สัปดาห์ (pretest) นิสิตแกนนำเก็บรวบรวม สัปดาห์ที่ 7 นิสิตตัวอย่างฟังบรรยาย และให้สมาชิกกลุ่มบันทึก “บัญชีรับ-จ่าย มศว. พอเพียง ” 2 สัปดาห์ นิสิตแกนนำเก็บรวบรวม สัปดาห์ที่ 9 กิจกรรมกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน และให้สมาชิกกลุ่มบันทึก “บัญชีรับ-จ่าย มศว. พอเพียง ” 2 สัปดาห์ นิสิตแกนนำเก็บรวบรวม	นักเรียนแกนนำแจกและรวบรวมแบบบันทึกค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวันให้สมาชิกกลุ่มบันทึก ดังนี้ สัปดาห์ที่ 2 นักเรียนแกนนำแจก “บัญชีรับ-จ่าย มศว. พอเพียง ” 1 สัปดาห์ให้สมาชิกกลุ่มบันทึก (pretest) นักเรียนแกนนำเก็บรวบรวม สัปดาห์ที่ 3 นักเรียนตัวอย่างฟังบรรยาย และให้สมาชิกกลุ่มบันทึก “บัญชีรับ-จ่าย มศว. พอเพียง ” 1 สัปดาห์ นักเรียนแกนนำเก็บรวบรวม สัปดาห์ที่ 4-6 กิจกรรมกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อนทุกสัปดาห์ 4 ครั้ง และให้สมาชิกกลุ่มบันทึก “บัญชีรับ-จ่าย มศว. พอเพียง ” เป็นเวลา 4 สัปดาห์ นักเรียนแกนนำเก็บรวบรวม

การจัดกระทำและวิเคราะห์ข้อมูล

หลังจากรวบรวมแบบสอบถาม ผู้วิจัยตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถาม นิสิตตัวอย่างบันทึกแบบสอบถามได้สมบูรณ์ 156 คน นักเรียนตัวอย่างบันทึกแบบสอบถามได้สมบูรณ์ 125 คน และตรวจให้คะแนนแบบสอบถามตามเกณฑ์ที่กำหนด ดำเนินการประมวลข้อมูลโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูปเพื่อวิเคราะห์ข้อมูล โดยยอมรับที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังนี้

1. ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล นำมาวิเคราะห์สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ การแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน เพื่ออธิบายลักษณะข้อมูล
2. วิเคราะห์ความแตกต่างของการออมในชีวิตประจำวันประกอบด้วยการเห็นคุณค่าในตนเอง เจตคติต่อการออม และพฤติกรรมการออม ค่าที (t-test)
3. วิเคราะห์ความแตกต่างค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน 5 สัปดาห์ ใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (One-way analysis of variance) และตรวจสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่โดยใช้วิธีของแอลเอสดี (LSD)



บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลการศึกษาครั้งนี้

เมื่อดำเนินการรวบรวมข้อมูลในระยะที่ 1 , 2 และ 3 ของการวิจัย ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป ผลการวิเคราะห์ข้อมูลการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้แบ่งเป็น 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 การดำเนินการวิจัย คือ

1. ข้อมูลทั่วไป
2. ข้อมูลกิจกรรม
 - 2.1 การจัดทำบัญชีรายรับ – รายจ่าย
 - 2.2 การสร้างต้นแบบการออม

ส่วนที่ 2 การทดสอบสมมติฐานการวิจัย

ส่วนที่ 1 การดำเนินการวิจัย

1. ข้อมูลทั่วไป

กลุ่มตัวอย่างประกอบด้วยกลุ่มตัวอย่างหลัก คือ นิสิตตัวอย่าง 176 คน กลุ่มตัวอย่างรอง คือ นักเรียนตัวอย่าง 125 คน ดังตาราง 5

ตาราง 6 จำนวน (ร้อยละ) ของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ

กลุ่มตัวอย่าง	ชาย	หญิง	รวม
นิสิตตัวอย่าง			
ปีการศึกษาที่ 1	26 (16.67)	43 (27.56)	69 (44.23)
ปีการศึกษาที่ 2	11 (7.05)	10 (6.41)	21 (13.46)
ปีการศึกษาที่ 3	12 (7.69)	16 (10.26)	28 (17.95)
ปีการศึกษาที่ 4	16 (10.26)	22 (14.10)	38 (24.36)
รวม	65 (41.67)	91 (58.33)	156 (100.00)
นักเรียนตัวอย่าง			
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1	46 (36.80)	79 (63.20)	125 (100.00)

นิสิตตัวอย่าง 156 คน ประกอบด้วยนิสิตหญิงมากกว่านิสิตชาย คิดเป็นร้อยละ 58.33 และ 41.67 ตามลำดับ ซึ่งกำลังศึกษาชั้นปีที่ 1 มากที่สุด ร้อยละ 44.23 รองลงมาคือชั้นปีที่ 4 ร้อยละ 24.36 และชั้นปีที่ 3 และ 2 ร้อยละ 17.95 และ 13.46 ตามลำดับ

นักเรียนตัวอย่าง 125 คน คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ประกอบด้วยนิสิตหญิงมากกว่านิสิตชาย คิดเป็นร้อยละ 63.20 และ 36.80 ตามลำดับ

2. ข้อมูลกิจกรรม

2.1 การจัดทำบัญชีรายรับ - รายจ่าย

การจัดทำบัญชีรายรับ - รายจ่ายพัฒนาจากแบบบันทึกรายรับ-รายจ่ายที่ผู้วิจัยสร้างเป็นบัญชีรายรับ - รายจ่ายฉบับร่าง และบัญชีรับ-จ่าย มศว. พอเพียง ดังนี้

1) ในระยะเริ่มต้นวิจัย นิสิตแกนนำ 42 คน แจกแบบบันทึกรายรับ-รายจ่าย 1 สัปดาห์ให้สมาชิกกลุ่มบันทึกและรวบรวม

2) ในสัปดาห์ที่ 2 นิสิตแกนนำถอดบทเรียนจากแบบบันทึกรายรับ-รายจ่าย 1 สัปดาห์เป็นประเด็นในการประชุมระดมสมอง สรุปผลการติดตามพฤติกรรมการใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน 1 สัปดาห์ที่ผ่านมาของสมาชิกกลุ่ม และร่วมกันจัดหมวดหมู่รายการรับ-จ่าย และจัดทำบัญชีรายรับ - รายจ่ายฉบับร่าง ให้สมาชิกกลุ่มทดลองบันทึก 1 สัปดาห์

3) ในสัปดาห์ที่ 3 นิสิตแกนนำนำบัญชีรายรับ - รายจ่ายฉบับร่าง 1 สัปดาห์เป็นข้อมูลในการปรับแก้และกำหนดชื่อรูปแบบ “บัญชีรับ-จ่าย มศว. พอเพียง” พร้อมสัญลักษณ์ ให้สมาชิกกลุ่มบันทึก “บัญชีรับ-จ่าย มศว. พอเพียง ” 5 สัปดาห์ จำแนกหมวดค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวันออกเป็น 5 หมวด 20 รายการ ดังตาราง 7

ตาราง 7 บัญชีรายรับ - รายจ่าย มศว. จำแนกตามหมวดค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน

หมวดค่าใช้จ่าย	รายการ
หมวดใช้จ่ายสำหรับการศึกษา	ค่าวัสดุ อุปกรณ์ เครื่องเขียน
	ค่าเอกสาร ตำรา
	ค่ากิจกรรมพิเศษ
หมวดเสื้อผ้า เครื่องแต่งกาย	เสื้อผ้า
	เครื่องสำอาง
	เครื่องประดับ
	ผม : ตัด คัด ย้อม
หมวดบันเทิง	ดูหนัง ฟังเพลง
	เลี้ยงสังสรรค์
	ของขวัญ

ตาราง 7 (ต่อ)

หมวดค่าใช้จ่าย	รายการ
หมวดอาหาร	อาหารหลัก อาหารว่าง ขนมขบเคี้ยว เครื่องดื่มทั่วไป เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ชูกำลัง บุหรี
หมวดใช้สอย	ของใช้ประจำวัน : สบู่ แชมพู โทรศัพท์มือถือ ค่าโดยสารรถ ยาเวชภัณฑ์ หนังสืออ่านเล่น

4) ในสัปดาห์ที่ 11 นิสิตแกนนำถอดบทเรียนจาก “ บัญชีรับ-จ่าย มศว. พอเพียง ” 5 สัปดาห์เป็นประเด็นในการประชุมระดมสมอง : สร้างต้นแบบการออม สรุปต้นแบบการออมบรรจุลงใน “ บัญชีรับ-จ่าย มศว. พอเพียง ” และจัดทำรูปเล่มสำหรับนักเรียนในระบะที่ 3 การเผยแพร่ต้นแบบการออม

2.2 การสร้างต้นแบบการออม (สัปดาห์ที่ 11)

2.2.1 นิสิตแกนนำประชุมระดมสมอง : สร้างต้นแบบการออม นิสิตแกนนำแต่ละกลุ่มถอดบทเรียนการออมจากกิจกรรมกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน และจากบัญชีรับ-จ่าย มศว.พอเพียง (5 สัปดาห์) ประเด็นสำคัญของการถอดบทเรียนจาก คือ อย่างมองข้ามสิ่งเล็กๆน้อยๆในชีวิตประจำวัน และร่วมกันสรุปต้นแบบการออม และกำหนดประเด็นการถ่ายทอดสู่ักเรียนขณะทำกิจกรรมกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน ดังตาราง 8

ตาราง 8 ต้นแบบการออมและประเด็นการถ่ายทอดสู่ักเรียน

ต้นแบบการออม	ประเด็นการถ่ายทอดสู่ักเรียน
1. นิสิตแกนนำร่วมกันกำหนดความหมายของการออม และรายจ่าย การออม คือ การเก็บเงินส่วนหนึ่งของรายได้ไว้ และ นำมาใช้จ่ายเมื่อจำเป็น เงินส่วนที่เหลือคือเงินสำหรับใช้จ่าย รายจ่ายประจำ คือ รายจ่ายคงที่ต่อเดือน เช่น ค่า	นิสิตแกนนำร่วมกันกำหนดประเด็นการถ่ายทอด “ ทุกวันนี้ไม่ว่าทำอะไร ต้องใช้เงิน เงินได้เป็นปัจจัยสำคัญต่อการดำเนินชีวิต เคยสงสัยไหมว่า เงินถูกใช้ไปกับอะไร ” ดังนี้ 1. การออมเพิ่มความมั่นคงแก่ชีวิต ช่วย

ตาราง 8 (ต่อ)

ต้นแบบการออม	ประเด็นที่ถ่ายทอด
เช่าหอพัก ค่าบริการอินเทอร์เน็ต รายจ่ายแปรผัน คือ รายจ่ายที่ไม่แน่นอนแต่จำเป็น เช่น ค่ารถ อาหาร โทรศัพท์ รายจ่ายพิเศษ คือ รายจ่ายที่ไม่จำเป็น สามารถลดได้ เช่น คูหนั่ง ฟังเพลง เที่ยว	ชีวิตให้พ้นวิกฤติ” 2. เงินออมเล็ก ๆ น้อย ๆ คือ เงินก้อนใหญ่ในวันสิ้นปี” 3. การใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน ควรจดทุกรายการและจดให้ครบถ้วน “อย่าเพิ่งเบื่อหน่าย” 4. บัญชีรับ - จ่าย เป็นเครื่องชี้้นำการเรียนรู้ได้อย่างพอเพียง 5. การทำบัญชีรับ-จ่ายจะช่วยเตือนสติสะท้อนแนวโน้มการใช้เงิน 6. หากวันนี้ได้ลงบันทึก พฤติกรรมการใช้จ่ายจะมีแนวโน้มสู่การออมและนำไปสู่วินัยในการบริหารเงิน
2. นิสิตแกนนำร่วมกันกำหนดวิธีการหลีกเลี่ยง/เปลี่ยนแปลงเพื่อการออมด้วยกติกา “มสว.พอเพียง” ดังนี้ 1) คิดก่อนจ่าย อย่าเพลินกับ shopping งดรายการที่ต้องซื้อและเลือกซื้อเฉพาะที่จำเป็น 2) Mix & Match เสื้อผ้า / ของเก่าเก็บนำมาดัดแปลงให้เก๋มีสไตล์ตามใจนึก ก็สวยได้ ไม่ซ้ำใคร 3) Just say No เพื่อนฝูงมากมาย เฮไหนเฮนั่น ทักษะการปฏิเสธและต่อรอง เป็นเกราะป้องกันการกิน / การเที่ยว โดยไม่จำเป็น 4) เดิน เดิน เดิน ลองเดินแทนการนั่งรถ ลองทำกิจวัตรด้วยตนเอง คุณจะเสียเหงื่อ พอๆ กับการเสียเงินเข้าฟิตเนส 5) ขอบเหมือนกันแบ่งปันกัน การแบ่งปันจะได้มากกว่าที่คิด เช่น คูหนั่ง/ฟังเพลง 6) ของฟรีมีทั่วโลก หนังสือเล่มโปรด DVD แส่นสนุกฟรีที่ห้องสมุด อพคตเพลงใหม่ล่าสุดฟรีจากอินเทอร์เน็ต 7) พกพาไป น้ำดื่มไม่จำเป็นต้องซื้อหา ให้พกพาใส่ขวดก็ดื่มได้ 8) ลด ละ เลิก ลด ละ เลิกการใช้จ่ายฟุ่มเฟือย 9) เงินคงเหลือ เงินคงเหลือแต่ละเดือน ให้แบ่งฝากธนาคาร	

2.2.2 การสัมภาษณ์นิสิตตัวอย่างการออม นิสิตแกนนำแต่ละกลุ่มคัดเลือกและสัมภาษณ์สมาชิกที่มีคุณสมบัติเป็นตัวอย่างความสำเร็จของการออม 8 คน

คนที่ 1 ทำบัญชีรับ-จ่าย ลดค่าใช้จ่ายส่วนเกิน การทำบัญชีรับ-จ่าย ทำให้เห็นค่าใช้จ่ายของตนเองว่าหมดเงินไปกับอะไรบ้าง และช่วยในการเลือกตัดทอนค่าใช้จ่ายฟุ่มเฟือย เช่น ค่าโทรศัพท์มือถือ เลี่ยงสังสรรค์ ดูหนัง และแม้ไม่สามารถลดค่าใช้จ่ายจำเป็น เช่น ค่าอาหาร ค่ารถ แต่ก็ทำให้ระมัดระวังในการใช้จ่าย

คนที่ 2 ทุกคนตื่นเช้าออกจากบ้านพร้อมกัน เวลา 06.00 น. ระเบิดคิด ประหยัดน้ำมันรถ คุณพ่อจะขับรถส่งคุณแม่ที่ทำงาน ส่งน้องที่โรงเรียน และตัวเองที่มหาวิทยาลัย ตอนเย็นทุกคนจะเดินทางไปจุดที่นัดหมายของตนเองบนเส้นทางที่การจราจรไม่หนาแน่น คุณพ่อจะขับรถรับกลับบ้านตามจุดนัดหมายของแต่ละคน

คนที่ 3 คุณแม่จะประกอบอาหารวันละ 1 ครั้ง คือตอนเย็นหลังเลิกงาน แบ่งเป็น 2 สำหรับ คือ มื้อเย็น ทุกคนจะกลับมารับประทานอาหารเย็นพร้อมกันที่บ้าน และคุณแม่จะเตรียมอาหารง่าย ๆ สำหรับมื้อเช้าในวันถัดไป โดยเข้าไมโครเวฟรับประทานได้

คนที่ 4 เนื่องจากอยู่ในครอบครัวคนจีน รุ่นปู่-ย่า-ตา-ยาย มาด้วยเล่ห์ผืนหมอนใบ ทำมาหาเลี้ยงชีพด้วยความมัธยัสถ์ ประหยัด ไม่ฟุ่มเฟือย ครอบครัวดำเนินชีวิตตามแนวนี้มาตลอด ทำให้รู้สึกพอเพียง

คนที่ 5 ค้นหาข้อมูลทางอินเทอร์เน็ตที่มหาวิทยาลัยในเวลาว่าง save เป็น Microsoft word หรือ pdf เก็บในแต่ละ folder และ download file VDO นำมาเปิดดูที่บ้านได้

คนที่ 6 ลดการซื้อโดยเรียนรู้คุณค่า ถนอม รักษา ซ่อม บำรุงสิ่งที่มีอยู่ ซื้อสินค้า pack ใหญ่ และแบ่งกับเพื่อนที่อยู่หอพักเดียวกัน เช่น สบู่เหลว แชมพู-ครีม โลชั่น ยาสิฟิ

คนที่ 7 เลื่อนผ่านจากชุดนิสิต จะเป็นชุดทดลองแบบเรียบ ๆ ใช้ได้ทุกโอกาส ไม่ได้เครื่องประดับ ไม่ใช่เครื่องสำอาง ถ้าไปงานสังสรรค์ก็ยืมชุดของพี่มาใส่ เรื่องแฟชั่นขอเพียงอึดทน ไม่ให้ตกเทรน ไม่จำเป็นต้องครอบครอง หรือแข่งขัน

คนที่ 8 เอาชนะใจตัวเอง คือ เอาชนะอบายมุขและสิ่งชั่วร้ายต่าง ๆ กินอยู่แบบง่าย ๆ รับประทานอาหาร 3 มื้อที่มหาวิทยาลัย ซึ่งอิ่ม อร่อย และถูกที่สุด ไม่รับประทานอาหารจุกจิก พกขวดน้ำเปล่าตลอดเวลา เดินทางโดยรถประจำทางเป็นประจำไม่มีค่าใช้จ่ายฟุ่มเฟือย ไม่ดื่มสุรา ไม่สูบบุหรี่ ไม่เที่ยวกลางคืน

ส่วนที่ 2 การทดสอบสมมติฐานการวิจัย

ผลการทดสอบสมมติฐานการวิจัยแบ่งเป็น 2 ตอน คือ การออมในชีวิตประจำวัน และค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวันของนิสิต 156 คน และนักเรียน 125 คน ดังนี้

1. การออมในชีวิตประจำวัน

การออมในชีวิตประจำวันประกอบด้วยการเห็นคุณค่าในตนเอง เจตคติต่อการออม และพฤติกรรมการออม ผลการศึกษาการออมในชีวิตประจำวันของนิสิต 156 คน และนักเรียน 125 คน ในสัปดาห์ที่ 1 และ 5 ดังตาราง 9

ตาราง 9 จำนวน (ร้อยละ) ของกลุ่มนิสิต 156 คน กับกลุ่มนักเรียน 125 คนจำแนกตามความคิดเห็นก่อนและหลังการทดลอง

การออมในชีวิตประจำวัน	กลุ่มนิสิต		กลุ่มนักเรียน	
	สัปดาห์ที่ 1	สัปดาห์ที่ 5	สัปดาห์ที่ 1	สัปดาห์ที่ 5
การเห็นคุณค่าในตนเอง				
ระดับต่ำ	45 (28.85)	15 (9.62)	16 (12.80)	11 (8.80)
ระดับสูง	111 (71.15)	141 (90.38)	109 (87.2)	114 (91.20)
$\bar{X} \pm s$	0.76 ± 0.43	0.85 ± 0.36	0.84 ± 0.23	0.87 ± 0.17
t(p)	2.01* (0.24)		0.56 (0.578)	
เจตคติต่อการออม				
ทางบวก	153 (98.08)	156 (100.00)	12 (9.60)	114 (91.20)
ทางลบ	3 (1.92)	0	12 (9.60)	11 (8.80)
$\bar{X} \pm s$	3.65 ± 1.29	3.77 ± 1.12	2.06 ± 1.03	3.70 ± 1.37
t(p)	2.20* (0.018)		6.06* (<0.001)	
พฤติกรรมการออม				
ระดับควรปรับปรุง	3 (4.68)	0	8 (6.40)	10 (8.00)
ระดับพอใช้	110 (70.51)	67 (42.95)	93 (74.40)	87 (69.60)
ระดับสูง	43 (27.56)	89 (57.05)	24 (19.20)	28 (22.40)
$\bar{X} \pm s$	0.62 ± 0.86	0.89 ± 0.33	0.44 ± 0.35	0.51 ± 0.33
t(p)	4.64* (0.001)		1.60 (0.056)	

การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการออมในชีวิตประจำวันในสัปดาห์ที่ 1 และ 5 ของกลุ่มนิสิต กับกลุ่มนักเรียน พบว่านิสิตมีค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเอง เจตคติต่อการออม และพฤติกรรมการออมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 นักเรียนมีค่าเฉลี่ยเจตคติต่อการออมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ดังนี้

2. ค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน

ค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน ประกอบด้วยค่าใช้จ่าย 5 หมวด 20 รายการ ผลการเปรียบเทียบค่าใช้จ่าย

ของนิสิต 156 คนและนักเรียน 125 คน ในสัปดาห์ที่ 1 – 5 เป็นเวลา 5 สัปดาห์ พบว่านิสิตมีค่าใช้จ่ายเอกสาร ตำรา แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 เพียงรายการเดียว ส่วนนักเรียนมีค่าใช้จ่ายวัสดุ อุปกรณ์ เครื่องเขียน และค่าของขวัญแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ดังรายละเอียดต่อไปนี้

2.1 หมวดค่าใช้จ่ายสำหรับการศึกษา

ผลการเปรียบเทียบค่าใช้จ่ายหมวดการศึกษา พบว่าในสัปดาห์ที่ 1 – 5 นิสิตมีค่าใช้จ่ายเอกสาร ตำรา แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ส่วนนักเรียนมีค่าใช้จ่ายวัสดุ อุปกรณ์ เครื่องเขียนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ดังตาราง 10

ตาราง 10 เปรียบเทียบค่าใช้จ่ายเฉลี่ยหมวดการศึกษาจำนวน 5 สัปดาห์ ของกลุ่มนิสิต 176 คน กับ
กลุ่มนักเรียน 125 คน

หมวดการศึกษา	กลุ่มนิสิต		กลุ่มนักเรียน	
	$\bar{X} \pm s$	F (p)	$\bar{X} \pm s$	F (p)
ค่าวัสดุ อุปกรณ์ เครื่องเขียน				
สัปดาห์ที่ 1	15.54 ± 37.08	F 0.451 (0.772) Pairedwise NS	38.80 ± 92.76	F 2.996* (0.021) Pairedwise 1>2, 1>3, 1>4, 1>5
สัปดาห์ที่ 2	20.88 ± 57.53		9.52 ± 22.65	
สัปดาห์ที่ 3	16.56 ± 32.86		4.00 ± 10.51	
สัปดาห์ที่ 4	12.50 ± 27.77		6.24 ± 25.33	
สัปดาห์ที่ 5	15.15 ± 39.00		0.80 ± 2.77	
ค่าเอกสาร ตำรา				
สัปดาห์ที่ 1	33.19 ± 58.74	F 3.220* (0.013) Pairedwise 1>2, 1>3, 1>4, 1>5	26.76 ± 68.06	F 1.317 (0.268) Pairedwise NS
สัปดาห์ที่ 2	21.01 ± 27.53		2.72 ± 6.71	
สัปดาห์ที่ 3	12.26 ± 20.40		12.32 ± 50.03	
สัปดาห์ที่ 4	18.88 ± 35.60		30.04 ± 98.31	
สัปดาห์ที่ 5	18.63 ± 34.99		1.24 ± 5.43	
ค่ากิจกรรมพิเศษ				
สัปดาห์ที่ 1	26.55 ± 81.62	F 0.696 (0.595) Pairedwise NS	59.40 ± 186.42	F 1.180 (0.323) Pairedwise NS
สัปดาห์ที่ 2	11.81 ± 38.68		72.40 ± 257.48	
สัปดาห์ที่ 3	16.32 ± 53.21		187.60 ± 616.63	
สัปดาห์ที่ 4	20.24 ± 52.84		12.00 ± 76.83	
สัปดาห์ที่ 5	17.69 ± 52.49		4.00 ± 44.72	

การเปรียบเทียบภายในกลุ่มนิสิต

วัสดุ/อุปกรณ์/เครื่องเขียน จำนวนนิสิตที่มีค่าใช้จ่ายพบร้อยละ 29.49 - 37.18 มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยน้อยที่สุด 39.00 บาท (สัปดาห์ที่ 4) มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยสูงสุด 58.18 บาท (สัปดาห์ที่ 2) (ภาคผนวก) การเปรียบเทียบค่าใช้จ่ายเฉลี่ยในกลุ่มนิสิต 156 คน พบว่าในสัปดาห์ที่ 1 - 5 ค่าใช้จ่ายวัสดุ อุปกรณ์ เครื่องเขียนเฉลี่ยเท่ากับ 12.50 - 20.88 ผลการทดสอบความแตกต่าง พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

เอกสาร/ตำรา จำนวนนิสิตที่มีค่าใช้จ่ายพบร้อยละ 35.90 - 61.54 มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยน้อยที่สุด 34.14 บาท (สัปดาห์ที่ 3) มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยสูงสุด 53.94 บาท (สัปดาห์ที่ 1) (ภาคผนวก) การเปรียบเทียบค่าใช้จ่ายเฉลี่ยในกลุ่มนิสิต 156 คน พบว่าในสัปดาห์ที่ 1 - 5 ค่าใช้จ่ายเอกสาร ตำราเฉลี่ยเท่ากับ 18.63 - 33.19 บาท / สัปดาห์ ผลการทดสอบความแตกต่าง พบความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 เมื่อพิจารณารายคู่ พบว่าค่าใช้จ่ายเฉลี่ยในสัปดาห์ที่ 1 มากกว่า ค่าใช้จ่ายเฉลี่ยในสัปดาห์ที่ 2, 3, 4, 5

กิจกรรมพิเศษ จำนวนนิสิตที่มีค่าใช้จ่ายพบร้อยละ 17.95 - 24.36 มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยน้อยที่สุด 65.79 บาท (สัปดาห์ที่ 2) มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยสูงสุด 121.82 บาท (สัปดาห์ที่ 1) (ภาคผนวก) การเปรียบเทียบค่าใช้จ่ายเฉลี่ยในกลุ่มนิสิต 156 คน พบว่าในสัปดาห์ที่ 1 - 5 ค่าใช้จ่ายวัสดุ อุปกรณ์ เครื่องเขียนเฉลี่ยเท่ากับ 11.81 - 26.55 บาท / สัปดาห์ ผลการทดสอบความแตกต่าง พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

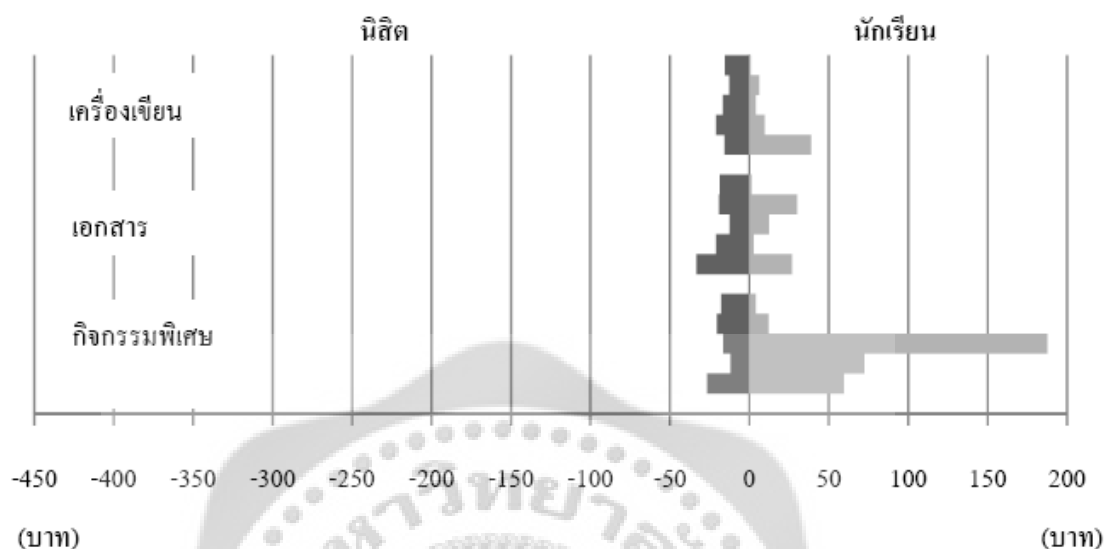
การเปรียบเทียบภายในกลุ่มนักเรียน

วัสดุ อุปกรณ์ เครื่องเขียน จำนวนนักเรียนที่มีค่าใช้จ่ายพบร้อยละ 8.00 - 30.40 มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยน้อยที่สุด 10.00 บาท (สัปดาห์ที่ 5) มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยสูงสุด 121.25 บาท (สัปดาห์ที่ 1) (ภาคผนวก) การเปรียบเทียบค่าใช้จ่ายเฉลี่ยในกลุ่มนักเรียน 125 คน พบว่าในสัปดาห์ที่ 1 - 5 ค่าใช้จ่ายวัสดุ อุปกรณ์ เครื่องเขียนเฉลี่ยเท่ากับ 0.80 - 38.80 บาท / สัปดาห์ ผลการทดสอบความแตกต่าง พบความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 เมื่อพิจารณารายคู่ พบว่าค่าใช้จ่ายเฉลี่ยในสัปดาห์ที่ 1 มากกว่า ค่าใช้จ่ายเฉลี่ยในสัปดาห์ที่ 2, 3, 4, 5

เอกสาร ตำรา จำนวนนักเรียนที่มีค่าใช้จ่ายพบร้อยละ 9.60 - 35.20 มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยน้อยที่สุด 16.71 บาท (สัปดาห์ที่ 5) มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยสูงสุด 150.20 บาท (สัปดาห์ที่ 4) (ภาคผนวก) การเปรียบเทียบค่าใช้จ่ายเฉลี่ยในกลุ่มนักเรียน 125 คน พบว่าในสัปดาห์ที่ 1 - 5 ค่าใช้จ่ายเอกสาร ตำราเฉลี่ยเท่ากับ 11.24 - 30.04 บาท / สัปดาห์ ผลการทดสอบความแตกต่าง พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

กิจกรรมพิเศษ จำนวนนักเรียนที่มีค่าใช้จ่ายพบร้อยละ 4.00 - 24.80 มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยน้อยที่สุด 247.50 บาท (สัปดาห์ที่ 1) มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยสูงสุด 938.00 บาท (สัปดาห์ที่ 3) (ภาคผนวก) การ

เปรียบเทียบค่าใช้จ่ายเฉลี่ยในกลุ่มนักเรียน 125 คน พบว่าในสัปดาห์ที่ 1 - 5 ค่าใช้จ่ายวัสดุ อุปกรณ์ เครื่องเขียนเฉลี่ยเท่ากับ 4.00 – 187.60 บาท / สัปดาห์ ผลการทดสอบความแตกต่าง พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05



ภาพประกอบ 9 ค่าใช้จ่ายหมวดการศึกษา/สัปดาห์ของนิสิตและนักเรียนที่มีค่าใช้จ่าย

2.2 หมวดเสื้อผ้า เครื่องแต่งกาย

ผลการเปรียบเทียบค่าใช้จ่ายเสื้อผ้า เครื่องแต่งกาย พบว่าในสัปดาห์ที่ 1 – 5 ไม่มีค่าใช้จ่ายแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ทั้งกลุ่มนิสิตและนักเรียน ดังตาราง 11

ตาราง 11 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของหมวดเสื้อผ้า เครื่องแต่งกายจำนวน 5 สัปดาห์ของกลุ่มนิสิต 78 คน กับกลุ่มนักเรียน 25 คน

หมวดเสื้อผ้า	กลุ่มนิสิต		กลุ่มนักเรียน	
	$\bar{X} \pm s$	t (p)	$\bar{X} \pm s$	F (p)
เสื้อผ้า				
สัปดาห์ที่ 1	82.86 $\pm$ 242.97	F1.487 (0.205) Pairedwise NS	41.16 $\pm$ 147.66	F1.564 (0.188) Pairedwise NS
สัปดาห์ที่ 2	72.94 $\pm$ 125.18		7.96 $\pm$ 39.80	
สัปดาห์ที่ 3	59.95 $\pm$ 122.84		4.80 $\pm$ 24.00	
สัปดาห์ที่ 4	37.92 $\pm$ 125.68		0	
สัปดาห์ที่ 5	36.26 $\pm$ 85.25		0	

ตาราง 11 (ต่อ)

หมวดเสื้อผ้า	กลุ่มนิสิต		กลุ่มนักเรียน	
	$\bar{X} \pm s$	F(p)	$\bar{X} \pm s$	F(p)
เครื่องสำอาง				
สัปดาห์ที่ 1	44.15 $\pm$ 164.41		0	
สัปดาห์ที่ 2	17.51 $\pm$ 46.63	F 1.640 (0.163) Pairedwise NS	0	F 1.000 (0.410) Pairedwise NS
สัปดาห์ที่ 3	20.32 $\pm$ 66.98		0	
สัปดาห์ที่ 4	17.90 $\pm$ 43.49		0	
สัปดาห์ที่ 5	11.79 $\pm$ 45.90		3.80 $\pm$ 19.00	
เครื่องประดับ				
สัปดาห์ที่ 1	5.64 $\pm$ 20.42		2.00 $\pm$ 10.00	
สัปดาห์ที่ 2	6.60 $\pm$ 18.68	F 0.416 (0.797) Pairedwise NS	1.20 $\pm$ 4.40	F 0.888(0.473) Pairedwise NS
สัปดาห์ที่ 3	7.50 $\pm$ 35.68		0	
สัปดาห์ที่ 4	3.72 $\pm$ 14.33		0	
สัปดาห์ที่ 5	3.58 $\pm$ 24.17		0	
ตัด ดัด ย้อมผม				
สัปดาห์ที่ 1	17.94 $\pm$ 77.93		1.60 $\pm$ 8.00	
สัปดาห์ที่ 2	4.74 $\pm$ 18.78	F 1.949 (0.102) Pairedwise NS	5.60 $\pm$ 17.81	F 0.763(0.551) Pairedwise NS
สัปดาห์ที่ 3	4.36 $\pm$ 29.08		9.20 $\pm$ 36.96	
สัปดาห์ที่ 4	1.41 $\pm$ 8.79		0	
สัปดาห์ที่ 5	9.62 $\pm$ 32.41		0	

การเปรียบเทียบภายในกลุ่มนิสิต

เสื้อผ้า จำนวนนิสิตที่มีค่าใช้จ่ายพบร้อยละ 19.23 – 34.62 มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยน้อยที่สุด 184.88 บาท (สัปดาห์ที่ 4) มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยสูงสุด 281.00 บาท (สัปดาห์ที่ 1) (ภาคผนวก) การเปรียบเทียบค่าใช้จ่ายเฉลี่ยในกลุ่มนิสิต 156 คน พบว่าในสัปดาห์ที่ 1 - 5 ค่าใช้จ่ายเสื้อผ้าเฉลี่ยเท่ากับ 36.26 – 72.94 บาท / สัปดาห์ ผลการทดสอบความแตกต่าง พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

เครื่องสำอาง จำนวนนิสิตที่มีค่าใช้จ่ายพบร้อยละ 10.26 – 20.51 มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยน้อยที่สุด 93.07 บาท (สัปดาห์ที่ 4) มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยสูงสุด 215.25 บาท (สัปดาห์ที่ 1) (ภาคผนวก) การเปรียบเทียบค่าใช้จ่ายเฉลี่ยในกลุ่มนิสิต 156 คน พบว่าในสัปดาห์ที่ 1 - 5 ค่าใช้จ่ายเครื่องสำอางเฉลี่ย

เท่ากับ 11.79 – 44.15 บาท / สัปดาห์ ผลการทดสอบความแตกต่าง พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

เครื่องประดับ จำนวนนิสิตที่มีค่าใช้จ่ายพบร้อยละ 5.13 – 14.10 มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยน้อยที่สุด 46.82 บาท (สัปดาห์ที่ 2) มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยสูงสุด 97.50 บาท (สัปดาห์ที่ 3) (ภาค ผนวก) การเปรียบเทียบค่าใช้จ่ายเฉลี่ยในกลุ่มนิสิต 156 คน พบว่าในสัปดาห์ที่ 1 - 5 ค่าใช้จ่ายเครื่องประดับเฉลี่ยเท่ากับ 3.58 – 7.50 บาท / สัปดาห์ ผลการทดสอบความแตกต่าง พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ผม : ตัด คัด ย้อม จำนวนนิสิตที่มีค่าใช้จ่ายพบร้อยละ 2.56 – 14.10 มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยน้อยที่สุด 55.00 บาท (สัปดาห์ที่ 4) มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยสูงสุด 127.18 บาท (สัปดาห์ที่ 1) (ภาค ผนวก) การเปรียบเทียบค่าใช้จ่ายเฉลี่ยในกลุ่มนิสิต 156 คน พบว่าในสัปดาห์ที่ 1 - 5 ค่าใช้จ่ายตัด คัด ย้อมผมเฉลี่ยเท่ากับ 1.41 – 17.94 บาท / สัปดาห์ ผลการทดสอบความแตกต่าง พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

การเปรียบเทียบภายในกลุ่มนักเรียน

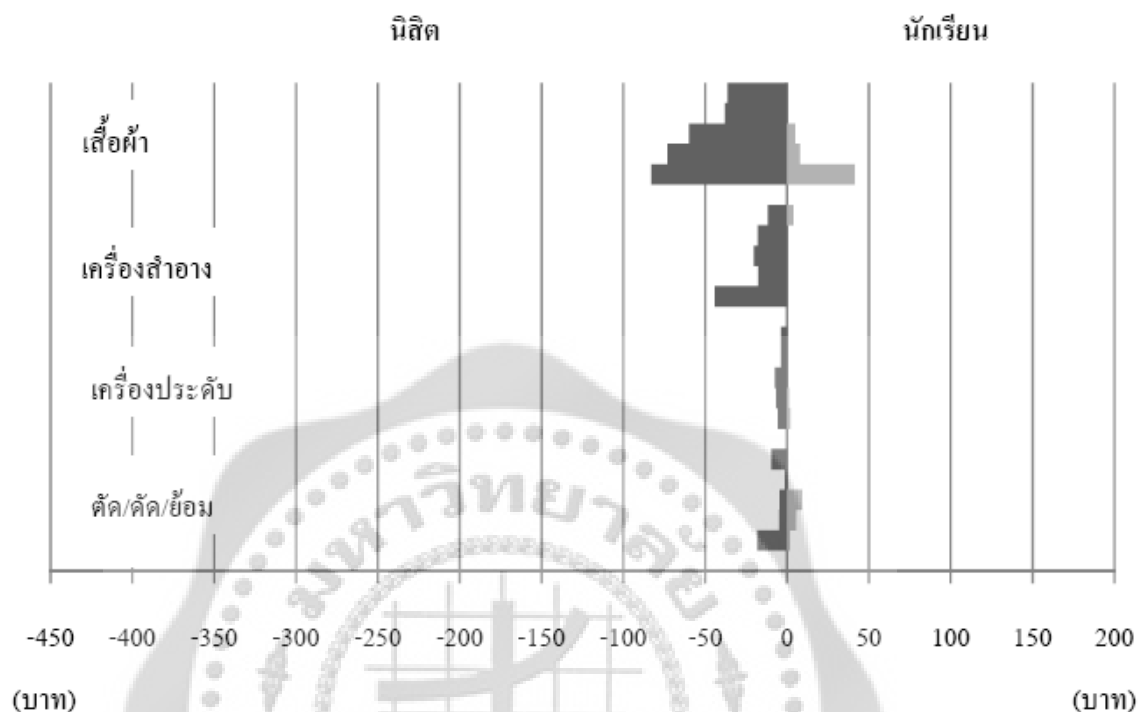
เสื้อผ้า ในสัปดาห์ที่ 4 – 5 นักเรียนไม่มีค่าใช้จ่ายเสื้อผ้า ในสัปดาห์ที่ 1 - 3 จำนวนนักเรียนที่มีค่าใช้จ่ายพบร้อยละ 6.40 – 8.80 มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยน้อยที่สุด 128.78 บาท (สัปดาห์ที่ 3) มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยสูงสุด 514.50 บาท (สัปดาห์ที่ 1) (ภาค ผนวก) การเปรียบเทียบค่าใช้จ่ายเฉลี่ยในกลุ่มนักเรียน 125 คน พบว่าในสัปดาห์ที่ 1 - 5 ค่าใช้จ่ายเสื้อผ้าเฉลี่ยเท่ากับ 0 – 41.16 บาท / สัปดาห์ ผลการทดสอบความแตกต่าง พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

เครื่องสำอาง ในสัปดาห์ที่ 1 – 4 นักเรียนไม่มีค่าใช้จ่ายเครื่องสำอาง ในสัปดาห์ที่ 5 จำนวนนักเรียนที่มีค่าใช้จ่ายพบ 1 คน (ร้อยละ 0.80) มีค่าใช้จ่าย 95.00 บาท (ภาค ผนวก) การเปรียบเทียบค่าใช้จ่ายเฉลี่ยในกลุ่มนักเรียน 125 คน พบว่าในสัปดาห์ที่ 5 ค่าใช้จ่ายเครื่องสำอางเฉลี่ยเท่ากับ 3.80 บาท / สัปดาห์ ผลการทดสอบความแตกต่าง พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

เครื่องประดับ ในสัปดาห์ที่ 3 – 5 นักเรียนไม่มีค่าใช้จ่าย ในสัปดาห์ที่ 1 และ 2 จำนวนนักเรียนที่มีค่าใช้จ่ายพบร้อยละ 4.00 และ 9.60 ในสัปดาห์ที่ 2 มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยน้อยที่สุด 15.00 บาท ในสัปดาห์ที่ 1 มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยสูงสุด 50.00 บาท (ภาค ผนวก) การเปรียบเทียบค่าใช้จ่ายเฉลี่ยในกลุ่มนักเรียน 125 คน พบว่าในสัปดาห์ที่ 1 – 5 ค่าใช้จ่ายเครื่องประดับเฉลี่ยเท่ากับ 0 - 2.00 บาท / สัปดาห์ ผลการทดสอบความแตกต่าง พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ผม : ตัด คัด ย้อม ในสัปดาห์ที่ 4 - 5 นักเรียนไม่มีค่าใช้จ่ายตัด คัด ย้อมผม ในสัปดาห์ที่ 1 - 3 จำนวนนักเรียนที่มีค่าใช้จ่ายพบร้อยละ 0.80 – 12.00 มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยน้อยที่สุด 40.00 บาท (สัปดาห์ที่ 1) มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยสูงสุด 115.00 บาท (สัปดาห์ที่ 3) (ภาค ผนวก) การเปรียบเทียบค่าใช้จ่าย

เฉลี่ยในกลุ่มนักเรียน 125 คน พบว่าในสัปดาห์ที่ 1 - 5 ค่าใช้จ่ายตัด คัด ย้อมผมเฉลี่ยเท่ากับ 0 - 9.20 บาท / สัปดาห์ ผลการทดสอบความแตกต่าง พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05



ภาพประกอบ 10 ค่าใช้จ่ายหมวดหมวดเส้นผม เครื่องแต่งกาย / สัปดาห์ของนิสิตและนักเรียนที่มีค่าใช้จ่าย

2.3 หมวดบันเทิง

ผลการเปรียบเทียบค่าใช้จ่ายหมวดบันเทิง พบว่าในสัปดาห์ที่ 1 - 5 นิสิตมีค่าใช้จ่ายหมวดบันเทิงไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ส่วนนักเรียนมีค่าใช้จ่ายของขวัญแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ดังตาราง 12

ตาราง 12 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของหมวดบันทึกจำนวน 5 สัปดาห์ ของกลุ่มนิสิต 78 คน กับกลุ่มนักเรียน 25 คน

หมวดบันทึก	กลุ่มนิสิต		กลุ่มนักเรียน	
	$\bar{X} \pm s$	F (p)	$\bar{X} \pm s$	F (p)
ดูหนัง ฟังเพลง				
สัปดาห์ที่ 1	27.12 $\pm$ 78.03	F 0.844 (0.498) Pairedwise NS	6.40 $\pm$ 32.00	F 1.000 (0.410) Pairedwise NS
สัปดาห์ที่ 2	13.72 $\pm$ 43.16		0	
สัปดาห์ที่ 3	18.08 $\pm$ 45.75		0	
สัปดาห์ที่ 4	12.56 $\pm$ 47.71		0	
สัปดาห์ที่ 5	18.14 $\pm$ 53.04		0	
เลี้ยงสังสรรค์				
สัปดาห์ที่ 1	24.36 $\pm$ 66.81	F 0.947 (0.437) Pairedwise NS	0	F 1.000 (0.410) Pairedwise NS
สัปดาห์ที่ 2	26.35 $\pm$ 75.99		4.00 $\pm$ 20.00	
สัปดาห์ที่ 3	14.23 $\pm$ 44.03		0	
สัปดาห์ที่ 4	14.29 $\pm$ 41.67		0	
สัปดาห์ที่ 5	32.37 $\pm$ 109.39		0	
ของขวัญ				
สัปดาห์ที่ 1	7.05 $\pm$ 31.95	F 0.646 (0.630) Pairedwise NS	15.43 $\pm$ 36.97	F 1.295 (0.513) Pairedwise NS
สัปดาห์ที่ 2	6.99 $\pm$ 33.23		9.20 $\pm$ 40.20	
สัปดาห์ที่ 3	2.72 $\pm$ 18.29		0.60 $\pm$ 3.00	
สัปดาห์ที่ 4	11.27 $\pm$ 44.10		4.84 $\pm$ 24.26	
สัปดาห์ที่ 5	5.77 $\pm$ 36.02		0	

การเปรียบเทียบภายในกลุ่มนิสิต

ดูหนัง ฟังเพลง จำนวนนิสิตที่มีค่าใช้จ่ายพบร้อยละ 7.69 – 21.79 มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยน้อยที่สุด 117.50 บาท (สัปดาห์ที่ 3) มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยสูงสุด 163.33 บาท (สัปดาห์ที่ 4) (ภาคผนวก) การเปรียบเทียบค่าใช้จ่ายเฉลี่ยในกลุ่มนิสิต 156 คน พบว่าในสัปดาห์ที่ 1 - 5 ค่าใช้จ่ายตัด คัด ข้อมผมเฉลี่ยเท่ากับ 12.56 – 27.12 บาท / สัปดาห์ ผลการทดสอบความแตกต่าง พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

เลี้ยงสังสรรค์ จำนวนนิสิตที่มีค่าใช้จ่ายพบร้อยละ 11.54 – 17.95 มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยน้อยที่สุด 111.00 บาท (สัปดาห์ที่ 3) มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยสูงสุด 172.73 บาท (สัปดาห์ที่ 1) (ภาคผนวก) การ

เปรียบเทียบค่าใช้จ่ายเฉลี่ยในกลุ่มนิสิต 156 คน พบว่าในสัปดาห์ที่ 1 – 5 ค่าใช้จ่ายเลี้ยงสังสรรค์เฉลี่ยเท่ากับ 14.23 – 32.37 บาท / สัปดาห์ ผลการทดสอบความแตกต่าง พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

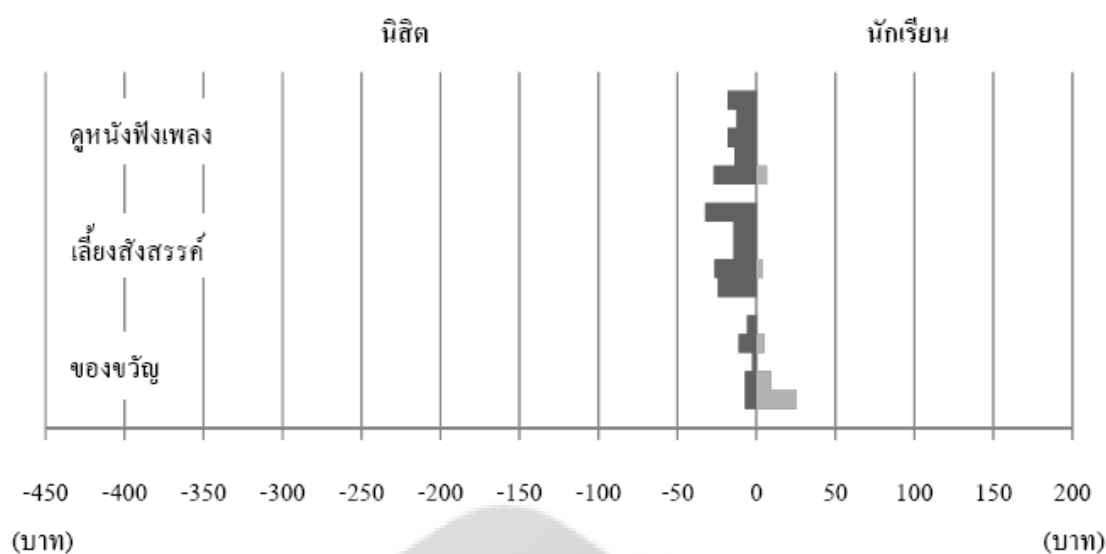
ของขวัญ จำนวนนิสิตที่มีค่าใช้จ่ายพบ ร้อยละ 2.56 – 6.41 มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยน้อยที่สุด 106.00 บาท (สัปดาห์ที่ 3) มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยสูงสุด 225.00 บาท (สัปดาห์ที่ 5) (ภาคผนวก) การเปรียบเทียบค่าใช้จ่ายเฉลี่ยในกลุ่มนิสิต 156 คน พบว่าในสัปดาห์ที่ 1 - 5 ค่าใช้จ่ายของขวัญเฉลี่ยเท่ากับ 5.77 – 11.27 บาท / สัปดาห์ ผลการทดสอบความแตกต่าง พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

การเปรียบเทียบภายในกลุ่มนักเรียน

ดูหนัง ฟังเพลง ในสัปดาห์ที่ 2 - 5 นักเรียนไม่มีค่าใช้จ่ายดูหนัง ฟังเพลง ในสัปดาห์ที่ 1 จำนวนนักเรียนที่มีค่าใช้จ่ายพบร้อยละ 4.80 มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ย 161.67 บาท (ภาคผนวก) การเปรียบเทียบค่าใช้จ่ายเฉลี่ยในกลุ่มนักเรียน 125 คน พบว่าในสัปดาห์ที่ 1 - 5 ค่าใช้จ่ายดูหนัง ฟังเพลงเฉลี่ยเท่ากับ 0 – 6.40 บาท / สัปดาห์ ผลการทดสอบความแตกต่าง พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

เลี้ยงสังสรรค์ ในสัปดาห์ที่ 1, 3 - 5 นักเรียนไม่มีค่าใช้จ่ายเลี้ยงสังสรรค์ ในสัปดาห์ที่ 2 จำนวนนักเรียนที่มีค่าใช้จ่ายพบร้อยละ 4.00 มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ย 97.50 บาท (ภาคผนวก) การเปรียบเทียบค่าใช้จ่ายเฉลี่ยในกลุ่มนักเรียน 125 คน พบว่าในสัปดาห์ที่ 1 – 5 ค่าใช้จ่ายเลี้ยงสังสรรค์เฉลี่ยเท่ากับ 0 – 4.00 บาท / สัปดาห์ ผลการทดสอบความแตกต่าง พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ของขวัญ ในสัปดาห์ที่ 5 นักเรียนไม่มีค่าใช้จ่ายของขวัญ ในสัปดาห์ที่ 1 – 4 จำนวนนักเรียนที่มีค่าใช้จ่ายพบร้อยละ 4.00 – 23.20 มีค่าใช้จ่ายน้อยที่สุด 17.40 บาท (สัปดาห์ที่ 3) มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยสูงสุด 121.00 บาท (สัปดาห์ที่ 4) (ภาคผนวก) การเปรียบเทียบค่าใช้จ่ายเฉลี่ยในกลุ่มนักเรียน 125 คน พบว่าในสัปดาห์ที่ 1 – 5 ค่าใช้จ่ายของขวัญเฉลี่ยเท่ากับ 0 – 15.43 บาท / สัปดาห์ ผลการทดสอบความแตกต่าง พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05



ภาพประกอบ 11 ค่าใช้จ่ายหมวดบันเทิง/สัปดาห์ของนิสิตและนักเรียนที่มีค่าใช้จ่าย

2.4 หมวดอาหาร

ผลการเปรียบเทียบค่าใช้จ่ายหมวดอาหาร พบว่าในสัปดาห์ที่ 1 – 5 ไม่มีค่าใช้จ่ายแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ทั้งกลุ่มนิสิตและนักเรียน ดังตาราง 13

ตาราง 13 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของหมวดอาหารจำนวน 5 สัปดาห์ของกลุ่มนิสิต 156 คน กับกลุ่มนักเรียน 125 คน

หมวดอาหาร	กลุ่มนิสิต		กลุ่มนักเรียน	
	$\bar{X} \pm s$	F (p)	$\bar{X} \pm s$	F (p)
อาหารหลัก				
สัปดาห์ที่ 1	428.37 $\pm$ 204.20	F 0.100 (0.982) Pairedwise NS	169.24 $\pm$ 272.61	F 0.732 (0.572) Pairedwise NS
สัปดาห์ที่ 2	445.68 $\pm$ 184.37		110.68 $\pm$ 210.95	
สัปดาห์ที่ 3	442.64 $\pm$ 223.01		93.76 $\pm$ 127.41	
สัปดาห์ที่ 4	440.90 $\pm$ 189.05		191.56 $\pm$ 349.76	
สัปดาห์ที่ 5	431.91 $\pm$ 227.80		108.00 $\pm$ 241.63	
อาหารว่าง ขนมขบเคี้ยว				
สัปดาห์ที่ 1	79.62 $\pm$ 80.05	F 1.202 (0.309) pairedwise NS	96.68 $\pm$ 102.72	F 0.356 (0.839) Pairedwise NS
สัปดาห์ที่ 2	66.06 $\pm$ 73.20		92.44 $\pm$ 103.63	
สัปดาห์ที่ 3	57.44 $\pm$ 70.52		86.28 $\pm$ 150.86	
สัปดาห์ที่ 4	72.63 $\pm$ 81.61		77.68 $\pm$ 142.90	
สัปดาห์ที่ 5	58.99 $\pm$ 69.12		61.48 $\pm$ 61.82	

ตาราง 13 (ต่อ)

	กลุ่มนิสิต		กลุ่มนักเรียน	
	$\bar{X} \pm s$	F (p)	$\bar{X} \pm s$	F (p)
เครื่องดื่มทั่วไป				
สัปดาห์ที่ 1	72.41 $\pm$ 78.58	F 1.882 (0.113) pairedwise NS	71.88 $\pm$ 61.98	F 1.922 (0.111) Pairedwise NS
สัปดาห์ที่ 2	56.51 $\pm$ 48.89		65.08 $\pm$ 74.66	
สัปดาห์ที่ 3	56.65 $\pm$ 51.03		35.20 $\pm$ 31.54	
สัปดาห์ที่ 4	55.36 $\pm$ 43.83		51.88 $\pm$ 59.25	
สัปดาห์ที่ 5	49.10 $\pm$ 48.39		40.80 $\pm$ 42.90	
แอลกอฮอล์				
สัปดาห์ที่ 1	12.69 $\pm$ 64.05	F 0.630 (0.641) Pairedwise NS	0	-
สัปดาห์ที่ 2	18.33 $\pm$ 104.09		0	
สัปดาห์ที่ 3	19.79 $\pm$ 61.94		0	
สัปดาห์ที่ 4	8.09 $\pm$ 49.85		0	
สัปดาห์ที่ 5	6.35 $\pm$ 29.78		0	
บุหรี่ย				
สัปดาห์ที่ 1	1.54 $\pm$ 13.59	F 0.816 (0.516) Pairedwise NS	0	-
สัปดาห์ที่ 2	2.31 $\pm$ 15.11		0	
สัปดาห์ที่ 3	2.95 $\pm$ 16.04		0	
สัปดาห์ที่ 4	7.69 $\pm$ 48.16		0	
สัปดาห์ที่ 5	1.54 $\pm$ 13.59		0	

การเปรียบเทียบภายในกลุ่มนิสิต

อาหารหลัก นิสิตทุกคนมีค่าใช้จ่ายอาหารหลัก ค่าใช้จ่ายเฉลี่ยแต่ละสัปดาห์ใกล้เคียงกันมี ค่าใช้จ่ายเฉลี่ยน้อยที่สุด 431.91 บาท (สัปดาห์ที่ 5) มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยสูงสุด 445.68 บาท (สัปดาห์ที่ 2) (ภาคผนวก) การเปรียบเทียบค่าใช้จ่ายเฉลี่ยในกลุ่มนิสิต 156 คน พบว่าในสัปดาห์ที่ 1 – 5 ค่าใช้จ่ายอาหารหลักเฉลี่ยเท่ากับ 428.37 – 445.68 บาท / สัปดาห์ ผลการทดสอบความแตกต่าง พบว่าไม่มี ความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

อาหารว่าง ขนมขบเคี้ยว จำนวนนิสิตที่มีค่าใช้จ่ายพบร้อยละ 74.36 – 80.77 มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยน้อยที่สุด 73.44 บาท (สัปดาห์ที่ 3) มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยสูงสุด 98.51 บาท (สัปดาห์ที่ 1) (ภาคผนวก) การเปรียบเทียบค่าใช้จ่ายของกลุ่มนิสิต 156 คน พบว่าในสัปดาห์ที่ 1 – 5 ค่าใช้จ่ายอาหารว่าง ขนม

ขนมกล้วยเฉลี่ยเท่ากับ 57.44 – 79.62 บาท / สัปดาห์ ผลการทดสอบความแตกต่าง พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

เครื่องดื่มทั่วไป จำนวนนิสิตที่มีค่าใช้จ่ายพบร้อยละ 76.92 – 84.62 มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยน้อยที่สุด 63.83 บาท (สัปดาห์ที่ 5) มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยสูงสุด 91.10 บาท (สัปดาห์ที่ 1) (ภาคผนวก) การเปรียบเทียบค่าใช้จ่ายเฉลี่ยในกลุ่มนิสิต 156 คน พบว่าในสัปดาห์ที่ 1 – 5 ค่าใช้จ่ายเครื่องดื่มทั่วไปเฉลี่ยเท่ากับ 49.10 – 72.41 บาท / สัปดาห์ ผลการทดสอบความแตกต่าง พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ / ชูกำลัง จำนวนนิสิตที่มีค่าใช้จ่ายพบร้อยละ 6.41 – 14.10 มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยน้อยที่สุด 70.71 บาท (สัปดาห์ที่ 5) มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยสูงสุด 286.00 บาท (สัปดาห์ที่ 2) (ภาคผนวก) การเปรียบเทียบค่าใช้จ่ายเฉลี่ยในกลุ่มนิสิต 156 คน พบว่าในสัปดาห์ที่ 1 – 5 ค่าใช้จ่ายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ / ชูกำลัง เฉลี่ยเท่ากับ 6.35 – 18.33 บาท / สัปดาห์ ผลการทดสอบความแตกต่าง พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

บุหรี่ย จำนวนนิสิตที่มีค่าใช้จ่ายพบ ร้อยละ 0.64 – 3.85 มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยน้อยที่สุด 76.67 บาท (สัปดาห์ที่ 3) มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยสูงสุด 200.00 บาท (สัปดาห์ที่ 4) (ภาคผนวก) การเปรียบเทียบค่าใช้จ่ายเฉลี่ยในกลุ่มนิสิต 156 คน พบว่าในสัปดาห์ที่ 1 – 5 ค่าใช้จ่ายบุหรี่ยเฉลี่ยเท่ากับ 1.54 – 7.69 บาท / สัปดาห์ ผลการทดสอบความแตกต่าง พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

การเปรียบเทียบภายในกลุ่มนักเรียน

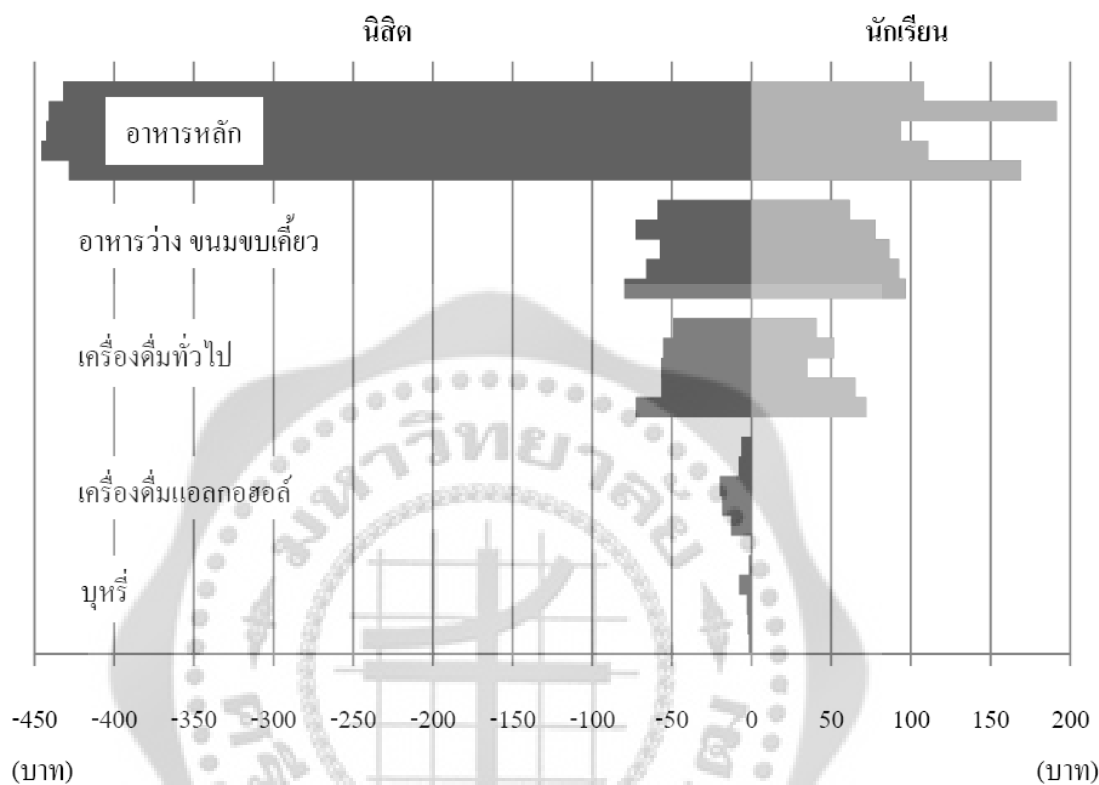
อาหารหลัก จำนวนนักเรียนที่มีค่าใช้จ่ายพบร้อยละ 50.40 – 71.20 มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยน้อยที่สุด 167.43 บาท (สัปดาห์ที่ 3) มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยสูงสุด 266.06 บาท (สัปดาห์ที่ 4) (ภาคผนวก) การเปรียบเทียบค่าใช้จ่ายเฉลี่ยในกลุ่มนักเรียน 125 คน พบว่าในสัปดาห์ที่ 1 – 5 ค่าใช้จ่ายอาหารหลักเฉลี่ยเท่ากับ 93.76 – 191.56 บาท / สัปดาห์ ผลการทดสอบความแตกต่าง พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

อาหารว่าง ขนมขบเคี้ยว จำนวนนักเรียนที่มีค่าใช้จ่ายพบร้อยละ 80.00 – 92.00 มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยน้อยที่สุด 69.86 บาท (สัปดาห์ที่ 5) มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยสูงสุด 105.09 บาท (สัปดาห์ที่ 1) (ภาคผนวก) การเปรียบเทียบค่าใช้จ่ายเฉลี่ยในกลุ่มนักเรียน 125 คน พบว่าในสัปดาห์ที่ 1 – 5 ค่าใช้จ่ายอาหารว่าง ขนมขบเคี้ยวเฉลี่ยเท่ากับ 61.48 – 96.68 บาท / สัปดาห์ ผลการทดสอบความแตกต่าง พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

เครื่องดื่มทั่วไป จำนวนนักเรียนที่มีค่าใช้จ่ายพบร้อยละ 66.40 – 90.40 มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยน้อยที่สุด 46.32 บาท (สัปดาห์ที่ 3) มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยสูงสุด 78.13 บาท (สัปดาห์ที่ 1) (ภาคผนวก) การเปรียบเทียบค่าใช้จ่ายเฉลี่ยในกลุ่มนักเรียน 125 คน พบว่าในสัปดาห์ที่ 1 – 5 ค่าใช้จ่ายเครื่องดื่มทั่วไป

เฉลี่ยเท่ากับ 35.20 – 71.88 บาท / สัปดาห์ ผลการทดสอบความแตกต่าง พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

แอลกอฮอล์ และบุหรี่ พบว่าไม่มีค่าใช้จ่ายแอลกอฮอล์ และบุหรี่ ในกลุ่มนักเรียน



ภาพประกอบ 12 ค่าใช้จ่ายหมวดอาหาร/สัปดาห์ของนิสิตและนักเรียนที่มีค่าใช้จ่าย

2.5 หมวดใช้สอย

ผลการเปรียบเทียบค่าใช้จ่ายหมวดใช้สอย พบว่าในสัปดาห์ที่ 1 – 5 ไม่มีค่าใช้จ่ายแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ทั้งกลุ่มนิสิตและนักเรียน ดังตาราง 14

ตาราง 14 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของหมวดใช้สอยจำนวน 5 สัปดาห์ของกลุ่มนิสิต 156 คน กับกลุ่มนักเรียน 125 คน

หมวดใช้สอย	กลุ่มนิสิต		กลุ่มนักเรียน	
	$\bar{X} \pm s$	F (p)	$\bar{X} \pm s$	F (p)
ของใช้ประจำวัน				
สัปดาห์ที่ 1	19.49 $\pm$ 55.45		29.20 $\pm$ 103.11	
สัปดาห์ที่ 2	20.97 $\pm$ 44.07	F 0.319 (0.865) Pairedwise NS	12.80 $\pm$ 45.78	F 1.276 (0.283) Pairedwise NS
สัปดาห์ที่ 3	13.12 $\pm$ 34.09		4.00 $\pm$ 20.00	
สัปดาห์ที่ 4	16.46 $\pm$ 34.14		3.80 $\pm$ 19.00	
สัปดาห์ที่ 5	18.01 $\pm$ 61.79		0.	
โทรศัพท์มือถือ				
สัปดาห์ที่ 1	83.18 $\pm$ 116.68		36.60 $\pm$ 80.68	
สัปดาห์ที่ 2	57.22 $\pm$ 69.51	F 2.336 (0.055) Pairedwise NS	80.64 $\pm$ 177.59	F 1.871 (0.120) Pairedwise NS
สัปดาห์ที่ 3	66.94 $\pm$ 120.33		93.60 $\pm$ 222.82	
สัปดาห์ที่ 4	44.87 $\pm$ 58.48		33.28 $\pm$ 81.95	
สัปดาห์ที่ 5	46.46 $\pm$ 74.86		1.40 $\pm$ 7.00	
ค่าโดยสารรถ				
สัปดาห์ที่ 1	96.23 $\pm$ 127.47		105.44 $\pm$ 160.70	
สัปดาห์ที่ 2	90.81 $\pm$ 98.66	F 0.235 (0.919) Pairedwise NS	65.56 $\pm$ 113.80	F 0.391 (0.815) Pairedwise NS
สัปดาห์ที่ 3	90.94 $\pm$ 118.28		112.92 $\pm$ 223.74	
สัปดาห์ที่ 4	104.59 $\pm$ 134.54		75.96 $\pm$ 153.54	
สัปดาห์ที่ 5	103.56 $\pm$ 123.03		77.24 $\pm$ 150.17	
ยา เวชภัณฑ์				
สัปดาห์ที่ 1	16.14 $\pm$ 62.00		22.00 $\pm$ 110.00	
สัปดาห์ที่ 2	31.78 $\pm$ 175.60	F 1.700 (0.149) Pairedwise NS	19.04 $\pm$ 170.81	F 1.577 (0.541) Pairedwise NS
สัปดาห์ที่ 3	1.21 $\pm$ 5.93		1.80 $\pm$ 9.00	
สัปดาห์ที่ 4	10.74 $\pm$ 39.96		0	
สัปดาห์ที่ 5	1.59 $\pm$ 8.96		0	

ตาราง 14 (ต่อ)

หมวดค่าใช้จ่าย	กลุ่มนิสิต		กลุ่มนักเรียน	
	$\bar{X} \pm s$	F (p)	$\bar{X} \pm s$	F (p)
หนังสืออ่านเล่น				
สัปดาห์ที่ 1	4.28 ± 16.67	F 0.416 (0.797) Pairedwise NS	42.72 ± 132.62	F 1.450 (0.222) Pairedwise NS
สัปดาห์ที่ 2	4.17 ± 18.31		14.92 ± 48.53	
สัปดาห์ที่ 3	5.00 ± 30.89		7.00 ± 16.39	
สัปดาห์ที่ 4	2.82 ± 9.41		8.00 ± 31.22	
สัปดาห์ที่ 5	7.31 ± 29.95		4.00 ± 20.00	

การเปรียบเทียบภายในกลุ่มนิสิต

ของใช้ประจำวัน จำนวนนิสิตที่มีค่าใช้จ่ายพบร้อยละ 11-54 – 32.05 มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยน้อยที่สุด 60.18 บาท (สัปดาห์ที่ 3) มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยสูงสุด 156.11 บาท (สัปดาห์ที่ 5) (ภาคผนวก) การเปรียบเทียบค่าใช้จ่ายเฉลี่ยในกลุ่มนิสิต 156 คน พบว่าในสัปดาห์ที่ 1 – 5 ค่าใช้จ่ายของใช้ประจำวันเฉลี่ยเท่ากับ 13.12 – 20.97 บาท / สัปดาห์ ผลการทดสอบความแตกต่าง พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

โทรศัพท์มือถือ จำนวนนิสิตที่มีค่าใช้จ่ายพบร้อยละ 47.44 – 73.08 มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยน้อยที่สุด 79.55 บาท (สัปดาห์ที่ 4) มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยสูงสุด 113.82 บาท (สัปดาห์ที่ 1) (ภาคผนวก) การเปรียบเทียบค่าใช้จ่ายเฉลี่ยในกลุ่มนิสิต 156 คน พบว่าในสัปดาห์ที่ 1 – 5 ค่าใช้จ่ายโทรศัพท์มือถือเฉลี่ยเท่ากับ 44.46 – 83.18 บาท / สัปดาห์ ผลการทดสอบความแตกต่าง พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ค่าโดยสารรถ จำนวนนิสิตที่มีค่าใช้จ่ายพบร้อยละ 62.82 – 69.23 มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยน้อยที่สุด 136.21 บาท (สัปดาห์ที่ 2) มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยสูงสุด 156.88 บาท (สัปดาห์ที่ 4) (ภาคผนวก) การเปรียบเทียบค่าใช้จ่ายเฉลี่ยในกลุ่มนิสิต 156 คน พบว่าในสัปดาห์ที่ 1 – 5 ค่าใช้จ่ายค่าโดยสารรถเฉลี่ยเท่ากับ 90.81 – 104.59 บาท / สัปดาห์ ผลการทดสอบความแตกต่าง พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ยา เวชภัณฑ์ จำนวนนิสิตที่มีค่าใช้จ่ายพบร้อยละ 3.85 – 16.67 มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยน้อยที่สุด 23.50 บาท (สัปดาห์ที่ 3) มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยสูงสุด 275.44 บาท (สัปดาห์ที่ 1) (ภาคผนวก) การเปรียบเทียบค่าใช้จ่ายเฉลี่ยในกลุ่มนิสิต 156 คน พบว่าในสัปดาห์ที่ 1 – 5 ค่าใช้จ่ายยา เวชภัณฑ์เฉลี่ยเท่ากับ 1.21 – 31.78 บาท / สัปดาห์ ผลการทดสอบความแตกต่าง พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

หนังสืออ่านเล่น จำนวนนิสิตที่มีค่าใช้จ่ายพบร้อยละ 7.69 – 12.82 มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยน้อยที่สุด 14.75 บาท (สัปดาห์ที่ 1) มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยสูงสุด 81.43 บาท (สัปดาห์ที่ 5) (ภาคผนวก) การเปรียบเทียบค่าใช้จ่ายเฉลี่ยในกลุ่มนิสิต 156 คน พบว่าในสัปดาห์ที่ 1 – 5 ค่าใช้จ่ายหนังสืออ่านเล่นเฉลี่ยเท่ากับ 2.81 – 7.31 บาท / สัปดาห์ ผลการทดสอบความแตกต่าง พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

การเปรียบเทียบภายในกลุ่มนักเรียน

ของใช้ประจำวัน ในสัปดาห์ที่ 5 นักเรียนไม่มีค่าใช้จ่าย ในสัปดาห์ที่ 1 – 4 จำนวนนักเรียนที่มีค่าใช้จ่ายพบ ร้อยละ 1.60 – 11.20 มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยน้อยที่สุด 96.67 บาท (สัปดาห์ที่ 4) มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยสูงสุด 243.33 บาท (สัปดาห์ที่ 1) (ภาคผนวก) การเปรียบเทียบค่าใช้จ่ายเฉลี่ยในกลุ่มนักเรียน 125 คน พบว่าในสัปดาห์ที่ 1 – 5 ค่าใช้จ่ายของใช้ประจำวันเฉลี่ยเท่ากับ 0 – 29.20 บาท / สัปดาห์ ผลการทดสอบความแตกต่าง พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

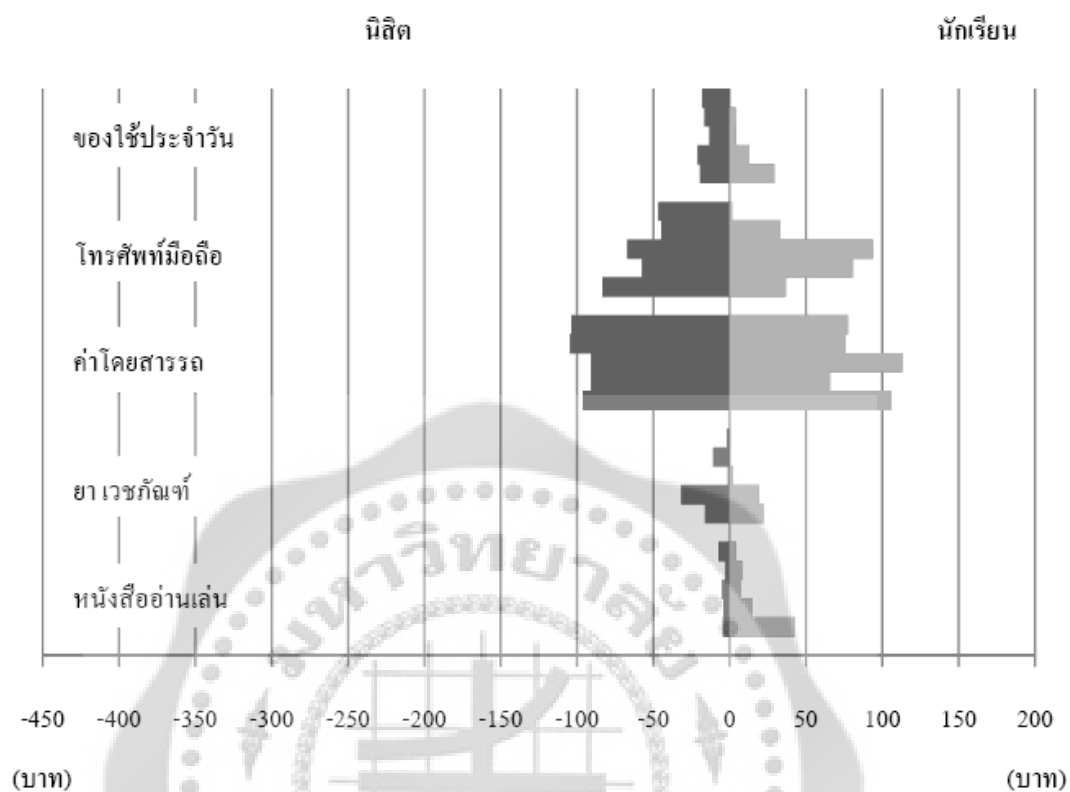
โทรศัพท์มือถือ จำนวนนักเรียนที่มีค่าใช้จ่ายพบร้อยละ 4.80 – 36.80 มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยน้อยที่สุด 166.40 บาท (สัปดาห์ที่ 4) มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยสูงสุด 334.29 บาท (สัปดาห์ที่ 3) (ภาคผนวก) การเปรียบเทียบค่าใช้จ่ายเฉลี่ยในกลุ่มนักเรียน 125 คน พบว่าในสัปดาห์ที่ 1 – 5 ค่าใช้จ่ายโทรศัพท์มือถือเฉลี่ยเท่ากับ 1.40 – 93.60 บาท / สัปดาห์ ผลการทดสอบความแตกต่าง พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ค่าโดยสารรถ จำนวนนักเรียนที่มีค่าใช้จ่ายพบร้อยละ 34.40 – 55.20 มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยน้อยที่สุด 136.58 บาท (สัปดาห์ที่ 2) มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยสูงสุด 214.56 บาท (สัปดาห์ที่ 5) (ภาคผนวก) การเปรียบเทียบค่าใช้จ่ายเฉลี่ยในกลุ่มนักเรียน 125 คน พบว่าในสัปดาห์ที่ 1 – 5 ค่าใช้จ่ายค่าโดยสารรถเฉลี่ยเท่ากับ 65.56 – 112.92 บาท / สัปดาห์ ผลการทดสอบความแตกต่าง พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ยา เวชภัณฑ์ ในสัปดาห์ที่ 4 – 5 นักเรียนไม่มีค่าใช้จ่าย ในสัปดาห์ที่ 1 – 3 จำนวนนักเรียนที่มีค่าใช้จ่ายพบร้อยละ 1.60 – 11.20 มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยน้อยที่สุด 45.00 บาท (สัปดาห์ที่ 3) มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยสูงสุด 1,070.00 บาท (สัปดาห์ที่ 2) (ภาคผนวก) การเปรียบเทียบค่าใช้จ่ายเฉลี่ยในกลุ่มนักเรียน 125 คน พบว่าในสัปดาห์ที่ 1 – 5 ค่าใช้จ่ายยา เวชภัณฑ์เฉลี่ยเท่ากับ 0 – 128.40 บาท / สัปดาห์ ผลการทดสอบความแตกต่าง พบความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 เมื่อพิจารณารายคู่ พบว่าค่าใช้จ่ายเฉลี่ยในสัปดาห์ที่ 2 มากกว่า ค่าใช้จ่ายเฉลี่ยในสัปดาห์ที่ 1, 3, 4, 5

หนังสืออ่านเล่น จำนวนนักเรียนที่มีค่าใช้จ่ายพบร้อยละ 4.00 – 18.40 มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยน้อยที่สุด 43.75 บาท (สัปดาห์ที่ 3) มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยสูงสุด 213.60 บาท (สัปดาห์ที่ 1) (ภาคผนวก) การเปรียบเทียบค่าใช้จ่ายเฉลี่ยในกลุ่มนักเรียน 125 คน พบว่าในสัปดาห์ที่ 1 – 5 ค่าใช้จ่ายหนังสืออ่าน

เล่นเฉลี่ยเท่ากับ 4.00 – 42.72 บาท / สัปดาห์ ผลการทดสอบความแตกต่าง พบว่าไม่มีความแตกต่าง
กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05



ภาพประกอบ 13 ค่าใช้จ่ายหมวดใช้สอย/สัปดาห์ของนิสิตและนักเรียนที่มีค่าใช้จ่าย

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

การศึกษาการออมในชีวิตประจำวันและค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวันของนิสิตและนักเรียน มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนารูปแบบการออมตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงต่อการดำเนินชีวิต ดำเนินการวิจัยเป็น 3 ระยะ คือ การสร้างความตระหนักต่อการออม การสร้างต้นแบบการออมของ นิสิตภาควิชาสุขศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ และการเผยแพร่ต้นแบบการ ออมในนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสาน มิตร (ฝ่ายมัธยม) เก็บรวบรวมข้อมูลและประมวลผลด้วยวิธีการทางสถิติโดยใช้โปรแกรม คอมพิวเตอร์สำเร็จรูป แจกแจงความถี่นำเสนอในรูปร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ ทดสอบสมมติฐานการวิจัยด้วยสถิติค่าที และการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว

สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ คือ นิสิตสาขาวิชาสุขศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรี นครินทรวิโรฒ ภาควิชาการศึกษาที่ 2 ปี 2552 จำนวน 156 คน เป็นกลุ่มเป้าหมายหลัก และนักเรียน ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) จำนวน 125 คนเป็นกลุ่มเป้าหมายรอง ผลการศึกษาค้นคว้าพบว่า

1. นิสิตตัวอย่างมีเจตคติต่อการออม การเห็นคุณค่าในตัวเอง และพฤติกรรมการออม หลังการ ทดลองดีกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ส่วนนักเรียนตัวอย่างมีเจตคติต่อ การออมหลังการทดลองดีกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05
2. นิสิตตัวอย่างมีค่าใช้จ่ายเอกสาร/ตำรา หลังการทดลองน้อยกว่าก่อนการทดลองอย่างมี นัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05 ส่วนนักเรียนตัวอย่างมีค่าใช้จ่ายวัสดุ/อุปกรณ์/เครื่องเขียนหลังการ ทดลองน้อยกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05

การอภิปรายผล

การพัฒนารูปแบบการออมตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นผลเนื่อง มาจากนิสิตแกนนำแต่ละกลุ่มถอดบทเรียนการออมจากกิจกรรมกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน และจากบัญชี รับ-จ่ายมสว.พอเพียง (5 สัปดาห์) ประเด็นสำคัญของการถอดบทเรียน คือ อย่างมองข้ามสิ่งเล็กๆน้อยๆ ในชีวิตประจำวัน รูปแบบการออมในการถอดบทเรียนครั้งนี้ คือ รูปแบบ “มสว.พอเพียง” 9 ข้อ ได้แก่ 1) คิดก่อนจ่าย 2) Mix & Match เก้ สววยไม่ซ้ำใคร 3) Just say No เป็นเกราะป้องกันตนเอง 4) เดิน เดิน เดิน ได้เสียเหงื่อพอๆ กับเสียเงินเข้าฟิตเนส 5) ชอบเหมือนกันแบ่งปันกันจะได้มากกว่าที่คิด 6) ของฟรีที่ห้องสมุด อพเททเพลงใหม่ล่าสุดฟรีจากอินเทอร์เน็ต 7) พกพาน้ำดื่มใส่ขวดไม่ต้องซื้อหา

8) ลด ละ เลิกการใช้จ่ายฟุ่มเฟือย 9) เงินคงเหลือฝากธนาคาร และเผยแพร่ต้นแบบการออมสู่นักเรียน ด้วยประเด็นคำถาม “ทุกวันนี้ไม่ว่าทำอะไรต้องใช้เงิน เงินได้เป็นปัจจัยสำคัญต่อการดำเนินชีวิต เคยสงสัยไหมว่า เงินถูกใช้ไปกับอะไร ” และข้อคิด 6 ข้อ ได้แก่ 1) การออมเพิ่มความมั่นคงแก่ชีวิต ช่วยชีวิตให้พ้นวิกฤติ 2) เงินออมเล็ก ๆ น้อย ๆ คือ เงินก้อนใหญ่ในวันสิ้นปี 3) การใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน ควรจดทุกรายการและจดให้ครบถ้วน “อย่าเพิ่งเบื่อบ่อย 4) บัญชีรับ - จ่าย เป็นเครื่องชี้้นำ การ เรียนรู้ได้อย่างพอเพียง 5) การทำบัญชีรับ-จ่ายจะช่วยเตือนสติ สะท้อนแนวโน้มการใช้จ่ายเงิน 6) หากวันนี้ได้ลงบันทึก พฤติกรรมการใช้จ่ายจะมีแนวโน้มสู่การออมและนำไปสู่วินัยในการบริหารเงิน

การพัฒนารูปแบบการออมตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงต่อการเห็นคุณค่าในตัวเอง เจตคติต่อการออม พฤติกรรมการออม และค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน เปรียบเทียบภายในกลุ่มนิสิต ตัวอย่าง และภายในกลุ่มนักเรียนตัวอย่างในสัปดาห์ที่ 1 ในสัปดาห์ที่ 5 อภิปรายผลการศึกษาค้นคว้า ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. เจตคติต่อการออม

นิสิตตัวอย่างและนักเรียนตัวอย่างมีเจตคติต่อการออมในสัปดาห์ที่ 5 ดีกว่าในสัปดาห์ที่ 1 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05 กล่าวคือ นิสิตตัวอย่างในสัปดาห์ที่ 1 ค่าเฉลี่ยเจตคติต่อการออม เท่ากับ 3.65 ในสัปดาห์ที่ 5 ค่าเฉลี่ยเจตคติต่อการออม เท่ากับ 3.77 นักเรียนตัวอย่าง ในสัปดาห์ที่ 1 ค่าเฉลี่ยเจตคติต่อการออม เท่ากับ 2.06 ในสัปดาห์ที่ 5 ค่าเฉลี่ยเจตคติต่อการออม เท่ากับ 3.70 ทั้งนี้ เนื่องจากนิสิตตัวอย่างและนักเรียนตัวอย่างได้รับฟังบรรยาย “การออมทรัพย์ : ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง” และแลกเปลี่ยนประสบการณ์การออมกับวิทยากรจากมูลนิธิสยามกัมมาจล กิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อน ตลอดจนการบันทึกบัญชีรับ-จ่าย เป็นกระจกสะท้อนให้รู้จักตนเองเมื่อเห็นพฤติกรรมการใช้จ่ายทางการเงิน เป็นประสบการณ์การเรียนรู้และช่วยจัดระเบียบสภาวะความพร้อมทางความคิดและความรู้สึก ที่มีต่อการออมซึ่งเป็นมิติของการสื่อสารภายในบุคคล กระตุ้นให้นิสิตตัวอย่างและนักเรียนตัวอย่างเกิดเจตคติต่อการออม เตรียมความพร้อมที่จะตอบสนองต่อภาวะเศรษฐกิจปัจจุบัน (Roger, 1978 : 208-209 , Rokeach , 1970 : 112 , Allport , 1985 : 810) โดยเฉพาะอย่างยิ่งนักเรียนตัวอย่างมีเจตคติต่อการออมทางบวกเพิ่มมากขึ้นจากร้อยละ 9.60 ในสัปดาห์ที่ 1 เป็นร้อยละ 91.20 ในสัปดาห์ที่ 5

2. การเห็นคุณค่าในตัวเอง

นิสิตตัวอย่างเห็นคุณค่าในตัวเองในสัปดาห์ที่ 5 ดีกว่าในสัปดาห์ที่ 1 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05 กล่าวคือ นิสิตตัวอย่าง ในสัปดาห์ที่ 1 ค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตัวเอง เท่ากับ 0.76 ในสัปดาห์ที่ 5 ค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตัวเอง เท่ากับ 0.85 ทั้งนี้เนื่องจากกิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อนในกลุ่ม นิสิตตัวอย่าง นอกจากการแลกเปลี่ยนประสบการณ์การใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน การตรวจสอบ พฤติกรรมและสะท้อนพฤติกรรมค่าใช้จ่ายเงินซึ่งกันและกันแล้ว นิสิตตัวอย่างได้เห็นคุณค่าในตัวเอง

จากความสำเร็จของรูปเล่ม “บัญชีรับ-จ่าย มศว.พอเพียง” ซึ่งทุกคนมีส่วนร่วมในการจัดทำผ่านการแลกเปลี่ยนและแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการบันทึกค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวันตั้งแต่เริ่มต้นการวิจัย และขณะทำกิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อน โดยแกนนำนิสิตได้สรุปและนำเสนอในการประชุมแกนนำ และบรรจุความคิดเห็นทั้งหมด ได้แก่ ขอบเขตคำสำคัญ กติกา และข้อคิดลงใน “บัญชีรับ-จ่าย มศว.พอเพียง” แต่นักเรียนตัวอย่างเห็นคุณค่าในตัวเองในสัปดาห์ที่ 5 และ 1 ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05 ทั้งนี้เนื่องจากนักเรียนตัวอย่างมีฐานการเห็นคุณค่าในตัวเองในระดับสูง กล่าวคือในสัปดาห์ที่ 1 ค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตัวเอง เท่ากับ 0.84 ในสัปดาห์ที่ 5 ค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตัวเอง เท่ากับ 0.87 ส่วนกิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อนในกลุ่มนักเรียนตัวอย่างเป็นกิจกรรมแลกเปลี่ยนประสบการณ์การใช้ค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน กลุ่มเพื่อนช่วยตรวจสอบพฤติกรรมและสะท้อนพฤติกรรมการใช้จ่ายเงินซึ่งกันและกัน รักษาระดับการเห็นคุณค่าในตัวเองได้

3. พฤติกรรมการออม

นิสิตตัวอย่างมีพฤติกรรมการออมในสัปดาห์ที่ 5 ดีกว่าในสัปดาห์ที่ 1 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05 แต่นักเรียนตัวอย่างมีพฤติกรรมการออมในสัปดาห์ที่ 5 และ 1 ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05 กล่าวคือ นิสิตตัวอย่าง ในสัปดาห์ที่ 1 ค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการออม เท่ากับ 0.62 ในสัปดาห์ที่ 5 ค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการออมเท่ากับ 0.89 นักเรียนตัวอย่าง ในสัปดาห์ที่ 1 ค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการออมเท่ากับ 0.44 ในสัปดาห์ที่ 5 ค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการออมเท่ากับ 0.51 การออมเป็นวิถีแห่งการเรียนรู้การดำเนินชีวิตอย่างพอประมาณ มีเหตุผลตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ นิสิตตัวอย่างและนักเรียนตัวอย่างได้รับฟังบรรยาย “การออมทรัพย์ : ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง” นิสิตตัวอย่างมีฐานะสูงกว่านักเรียนตัวอย่าง และนิสิตตัวอย่างได้รับเงินจากผู้ปกครองเป็นรายเดือน ส่งผลให้นิสิตตัวอย่าง รู้จักใช้จ่ายอย่างประหยัด ควบคุมการใช้จ่ายเพื่อการบริโภคอย่างรอบคอบ ใช้จ่ายเงินเป็นและเหมาะสม ส่วนนักเรียนตัวอย่างการใช้จ่ายในชีวิตประจำวันผู้ปกครองเป็นผู้จัดหาพฤติกรรมการออมของนักเรียนตัวอย่างจึงไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

4. ค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน

4.1 ผลการเปรียบเทียบค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวันภายในกลุ่มนิสิตตัวอย่าง และภายในกลุ่มนักเรียนตัวอย่าง ในสัปดาห์ที่ 1 – 5 พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05 เพียงรายการเดียวในหมวดการศึกษา คือ ค่าเอกสาร/ตำราในกลุ่มนิสิตตัวอย่าง และค่าวัสดุ อุปกรณ์ เครื่องเขียนภายในกลุ่มนักเรียนตัวอย่าง กล่าวคือ ในสัปดาห์ที่ 1 – 5 นิสิตตัวอย่างมีค่าเอกสาร/ตำรา เท่ากับ 33.19 , 21.01 , 12.67 , 18.88 , 18.63 ผลการทดสอบความแตกต่างพบว่าค่าใช้จ่ายในสัปดาห์ที่ 1 มากกว่าในสัปดาห์ที่ 2 , 3 , 4 , 5 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05 ส่วนนักเรียนตัวอย่าง ในสัปดาห์ที่ 1 – 5 นักเรียนตัวอย่าง มีค่าวัสดุ/อุปกรณ์/เครื่องเขียนเท่ากับ 121.25 , 39.67 , 25.00 , 52.00 , 10.00 ผลการทดสอบความแตกต่างพบว่าค่าใช้จ่ายในสัปดาห์ที่ 1 มากกว่าในสัปดาห์ที่ 3 , 4 , 5 อย่างมีนัยสำคัญทาง

สถิติ ที่ระดับ 0.05 ทั้งนี้เนื่องจากในสัปดาห์ที่ 1 ของนิสิตตัวอย่าง คือ ช่วงเปิดภาคเรียนที่ 2 ส่วนสัปดาห์ที่ 1 ของนักเรียนตัวอย่าง คือ ช่วงเปิดภาคเรียนที่ 1 ซึ่งมีค่าใช้จ่ายในหมวดการศึกษา พบว่าค่าใช้จ่ายในหมวดการศึกษาของนิสิตตัวอย่างเป็นค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับเอกสาร/ตำรา โดยเฉพาะเอกสารรายวิชาในวันเปิดเทอม ส่วนค่าใช้จ่ายในหมวดการศึกษาของนักเรียนตัวอย่างเป็นค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับวัสดุ/อุปกรณ์/เครื่องเขียน ซึ่งมีราคาแตกต่างกัน สำหรับค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับเอกสาร/ตำราของนักเรียนตัวอย่างเป็นความรับผิดชอบของผู้ปกครอง

4.2 ผลการเปรียบเทียบค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวันอื่นๆภายในกลุ่มนิสิตตัวอย่าง และภายในกลุ่มนักเรียนตัวอย่าง ในสัปดาห์ที่ 1 – 5 ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05 ทั้งนี้เนื่องจากค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวันในการศึกษารั้งนี้ประกอบด้วยค่าใช้จ่ายจำเป็น เป็นค่าใช้จ่ายที่รักษาระดับความเป็นอยู่ให้ดำเนินไปในแต่ละวัน และค่าใช้จ่ายไม่จำเป็นซึ่งกลุ่มตัวอย่างที่มีค่าใช้จ่ายดังกล่าวเป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนน้อย ค่าใช้จ่ายรายการเหล่านี้จึงไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

4.2.1 ค่าใช้จ่ายจำเป็น ได้แก่

1) หมวดอาหาร อาหารหลัก นิสิตตัวอย่างทุกคนมีค่าใช้จ่ายอาหารหลัก รองลงมา คือ ร้อยละ 76.92 – 84.62 มีค่าใช้จ่ายเครื่องดื่มทั่วไป และร้อยละ 74.36 - 80.77 มีค่าใช้จ่ายอาหารว่าง/ขนมขบเคี้ยว ส่วนนักเรียนตัวอย่างร้อยละ 80.00 – 92.00 มีค่าใช้จ่ายอาหารว่าง/ขนมขบเคี้ยวมากที่สุด รองลงมา คือร้อยละ 66.40 – 90.40 มีค่าใช้จ่ายเครื่องดื่มทั่วไป และร้อยละ 50.40 – 71.20 มีค่าใช้จ่ายอาหารหลัก เมื่อพิจารณาค่าใช้จ่าย พบว่า นิสิตตัวอย่างมีค่าใช้จ่ายอาหารหลัก คิดเป็นเงิน 428.37 - 445.68 บาท/สัปดาห์ ค่าใช้จ่ายอาหารว่าง/ขนมขบเคี้ยว คิดเป็นเงิน 73.44 - 98.57 บาท/สัปดาห์ พบว่า สัดส่วนค่าใช้จ่ายอาหารหลักต่ออาหารว่าง/ขนมขบเคี้ยว เท่ากับ 4.32 : 1 - 6.03 : 1 ส่วนนักเรียนตัวอย่างมีค่าใช้จ่ายอาหารหลัก คิดเป็นเงิน 167.43 - 266.06 บาท/สัปดาห์ ค่าใช้จ่ายอาหารว่าง/ขนมขบเคี้ยว คิดเป็นเงิน 69.86 - 105.09 บาท/สัปดาห์ พบว่าสัดส่วนค่าใช้จ่ายอาหารหลักต่ออาหารว่าง/ขนมขบเคี้ยว เท่ากับ 1.71 : 1 - 2.97 : 1 ค่าใช้จ่ายหมวดอาหารจัดเป็นค่าใช้จ่ายจำเป็น อย่างไรก็ตามนักเรียนตัวอย่างมีค่าใช้จ่ายอาหารว่าง/ขนมขบเคี้ยวมากอาจทำให้เด็กขาดอาหารได้ ซึ่งสอดคล้องกับการทบทวนวรรณกรรมทั้ง 4 เรื่อง คือ การสัมมนาระดับ ชาติเรื่อง “เด็กไทยรู้ทัน” เปิดเผยว่า เยาวชนอายุ 5-24 ปี มีค่าใช้จ่ายเพื่อการศึกษา น้อยกว่าเงินซื้อขนมถึง 3.24 เท่า (ประเวศ วะสี. 2547) การสำรวจความคิดเห็นเกี่ยวกับ “สำนึกเรื่องการประหยัด ของเยาวชนไทยในยุคน้ำมันแพง” ในเยาวชนของศูนย์วิจัยกรุงเทพโพลล์ สถาบันวิจัยมหาวิทยาลัยกรุงเทพ พบว่า ค่าใช้จ่ายที่พบมากที่สุดของเยาวชน คือ ค่าอาหารและเครื่องดื่ม (<http://research.bu.ac.th>) การศึกษาโครงการวิจัย Child Watch ของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย พบว่า เด็กกินอาหารจานด่วนเฉลี่ยราว 3 ครั้ง /วัน (elibrary.trf.or.th/search) และ

สำรวจความคิดเห็นเกี่ยวกับออมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โรงเรียนหอวัง พบว่านักเรียนมีค่าใช้จ่ายอาหารและขนมมากที่สุด (โรงเรียนหอวัง , 2548)

2) หมวดใช้จ่าย ค่าโดยสารรถ นิสิตตัวอย่างร้อยละ 62.82 – 69.23 มีค่าโดยสารรถคิดเป็นเงิน 136.21 – 156.88 บาท/สัปดาห์ รองลงมา คือร้อยละ 47.44 – 73.08 มีค่าโทรศัพท์คิดเป็นเงิน 79.55 – 113.82 บาท/สัปดาห์ ส่วนนักเรียนตัวอย่างร้อยละ 34.40 – 55.20 มีค่าโดยสารรถคิดเป็นเงิน 188.29 – 214.56 บาท/สัปดาห์ และนักเรียนตัวอย่างเพียงร้อยละ 4.80 – 36.80 มีค่าโทรศัพท์ แต่ค่าโทรศัพท์ คิดเป็นเงิน 166.40 – 334.29 บาท/สัปดาห์ ค่าใช้จ่ายทั้ง 2 รายการจัดเป็นค่าใช้จ่ายจำเป็นที่แปรผัน สามารถลดค่าใช้จ่ายได้ โดยเฉพาะค่าโทรศัพท์ของนักเรียนตัวอย่าง

4.2.2 ค่าใช้จ่ายไม่จำเป็น ได้แก่ ค่าใช้จ่ายเสื้อผ้า เครื่องสำอาง เลี้ยงสังสรรค์ ดูหนัง/ฟังเพลง ของขวัญ กิจกรรมพิเศษ หนังสืออ่านเล่น รายการดังกล่าวมีค่าใช้จ่ายสูง แต่มีกลุ่มตัวอย่างน้อยกว่าร้อยละ 50 ที่มีค่าใช้จ่าย คือ นิสิตตัวอย่างร้อยละ 19.23 – 34.62 มีค่าใช้จ่ายเสื้อผ้า คิดเป็นเงิน 188.53 – 281.00 บาท/สัปดาห์ ร้อยละ 10.26 – 20.51 มีค่าใช้จ่ายเครื่องสำอาง คิดเป็นเงิน 93.07 – 215.25 บาท/สัปดาห์ ร้อยละ 11.54 – 17.95 มีค่าใช้จ่ายเลี้ยงสังสรรค์ คิดเป็นเงิน 111.00 – 172.73 บาท/สัปดาห์ ร้อยละ 7.69 – 21.79 มีค่าใช้จ่ายดูหนัง/ฟังเพลง คิดเป็นเงิน 117.50 – 163.33 บาท/สัปดาห์ และร้อยละ 2.56 – 6.41 มีค่าใช้จ่ายของขวัญ คิดเป็นเงิน 106.00 – 225.00 บาท/สัปดาห์ ในนักเรียนตัวอย่าง พบว่า ร้อยละ 4.00 – 24.80 มีค่าใช้จ่ายกิจกรรมพิเศษ คิดเป็นเงิน 247.50 – 938.00 บาท/สัปดาห์ ร้อยละ 7.20 – 8.80 มีค่าใช้จ่ายเสื้อผ้า คิดเป็นเงิน 128.78 – 514.50 บาท/สัปดาห์ ร้อยละ 4.00 – 18.40 มีค่าใช้จ่ายหนังสืออ่านเล่น คิดเป็นเงิน 43.75 – 213.60 บาท/สัปดาห์ และร้อยละ 4.00 – 23.20 มีค่าใช้จ่ายของขวัญ คิดเป็นเงิน 17.40 – 231.50 บาท/สัปดาห์ ค่าใช้จ่ายดังกล่าวจัดเป็นค่าใช้จ่ายไม่จำเป็น สามารถลดค่าใช้จ่ายได้ อย่างไรก็ตามกลุ่มตัวอย่างที่มีค่าใช้จ่ายเป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนน้อย

นอกจากนี้ นิสิตตัวอย่างมีค่าใช้จ่ายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ / ซูกาลัง และบุหรี่ย นิสิตตัวอย่างร้อยละ 8.97 – 14.10 มีค่าใช้จ่ายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ / ซูกาลัง คิดเป็นเงิน 70.71 – 140.36 บาท/สัปดาห์ และร้อยละ 0.64 – 3.85 มีค่าบุหรี่ย คิดเป็นเงิน 76.67 - 200.00 บาท/สัปดาห์

ข้อเสนอแนะ

1. การบันทึกบัญชีรับ-จ่ายเป็นเครื่องมือสำหรับเตือนสติและควบคุมการใช้จ่ายเงินอย่างระมัดระวัง รอบคอบ เมื่อเห็นพฤติกรรมค่าใช้จ่ายทางการเงิน ทำให้เกิดจิตสำนึก มีเหตุผลในการใช้จ่ายเงินมากขึ้น เป็นกระจกสะท้อนให้รู้จักตนเองและปรับเปลี่ยนพฤติกรรม มีพฤติกรรมการใช้จ่ายเงินที่เหมาะสม การนำข้อมูลที่จดบันทึกมาพิจารณาลดรายจ่ายที่ไม่จำเป็นเพื่อให้เกิดความพอดี และเก็บออมส่วนที่เหลือ เป็นพัฒนาการทางการเงินและการสร้างวินัยทางการเงิน

2. กิจกรรมกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อนและการบันทึกบัญชีรับ-จ่าย เป็นกิจกรรมที่สมาชิกกลุ่มมีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์การใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน สมาชิกกลุ่มช่วยตรวจสอบและสะท้อนให้รู้จักตนเองเมื่อเห็นพฤติกรรมการใช้จ่ายทางการเงิน เป็นประสบการณ์การเรียนรู้และช่วยจัดระเบียบสภาวะความพร้อมทางความคิดและความรู้สึกที่มีต่อการออม กระตุ้นให้เตรียมความพร้อมที่จะตอบสนองต่อภาวะเศรษฐกิจปัจจุบัน ตลอดจนความต่อเนื่องของกิจกรรมทำให้สมาชิกกลุ่มได้รับรู้คุณค่าในตัวเองจากความสำเร็จของกิจกรรมซึ่งทุกคนมีส่วนร่วม

3. จัดโครงการอาหารกลางวัน 100% ให้นักเรียนได้รับประทานอาหารสุขภาพปราศจาก หรือควบคุมอาหารร้านค้าในโรงเรียนจำหน่ายอาหารสุขภาพ ลดค่าใช้จ่ายอาหารว่าง/ของขบเคี้ยว

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

การทดลองให้นักเรียนรับผิดชอบค่าใช้จ่ายด้วยตนเอง มีการวางแผนและบริหารการเงินเพื่อพัฒนาความรู้ ความคิด และการค้นพบการดำเนินชีวิตอย่างพอประมาณตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง



บรรณานุกรม

- กอบศักดิ์ ภูตระกูล และคณะเศรษฐกรประจำธนาคารแห่งประเทศไทย. (2548) การสัมมนาวิชาการประจำปี 2548. (Online).<http://www.matichon.co.th/prachachart>
- กอร์ปศักดิ์ สภาวสุ.(2552). ชุมชนพอเพียง : โครงการพิสูจน์คุณภาพชุมชน. รายงานการเปิดตัวโครงการเศรษฐกิจพอเพียง. ถ่ายเอกสาร
- กุลิสรา กฤตวรกาญจน์.(2548). การพัฒนาพฤติกรรมกรอมนิเวศน์โดยใช้กลยุทธ์การสื่อสารเพื่อการพัฒนา : กรณีศึกษาเยาวชนระดับอาชีวศึกษาในจังหวัดเชียงใหม่ (http://dcms.thailis.or.th/tdc//search_result.php)
- ชัยยะ นัตริเวชศิริ.(2552). มายาคติและการใช้บัญชีครัวเรือน. สานักความร่วมมือ ปีที่ 3 ฉบับที่ 2 เดือนมีนาคม – เมษายน 2552
- ณรงค์ คงมาก. (2552). บทเรียนเพื่อก้าวต่อไปของโครงการความร่วมมือเพื่อแก้ไขปัญหาความยากจนการพัฒนาประเทศ และสุขภาวะ. รายงานการประชุมผู้ประสานงาน 17 จังหวัด. (<http://www.gotoknow.org>)
- ตลาดหลักทรัพย์แห่งประเทศไทย การเดินทางแห่งชีวิต 30ปี.(2548).อัมรินทร์พรินดีตั้งแอนด้าพัลลขิง, บริษัทหลักทรัพย์จัดการกองทุนเงิน เอ็ม เอฟ ซี จำกัด มหาชน.(2548). (Online).<http://www.mfcfund.com/php/th/NewsMFC.php?ID=87>
- ประยงค์ ณรงค์. (2551). การสร้างความเข้มแข็งของภาคประชาชน โดยใช้แผนแม่บทชุมชนเป็นเครื่องมือ. สานักความร่วมมือ ปีที่ 3 ฉบับที่ 2 เดือนมีนาคม – เมษายน 2552
- ประเวศ วะสี.(2547).คาถาเด็กไทยรู้ทัน : อนุสติเพื่อป้องกันเด็กและเยาวชน จากการครอบงำของลัทธิบริโภคนิยมโดยสื่อมวลชน ในการสัมมนาระดับชาติ “เด็กไทยรู้ทัน” วันที่ 10 มีนาคม พ.ศ. 2547 ณ หอประชุมใหญ่ ศูนย์วัฒนธรรมแห่งประเทศไทย. (Online).<http://www.jthai.thmy.com/article/child.htm>
- ยุพิน จำนิต. (2552). รูปแบบการบริหารจัดการโครงการที่ดี : ทางลัดสู่การสร้างชุมชนเข้มแข็ง จังหวัดชัยนาท. รายงานการถอดบทเรียนการทำงานโครงการความร่วมมือเพื่อแก้ไขปัญหาความยากจน การพัฒนาประเทศ และสุขภาวะ. ถ่ายเอกสาร
- โรงเรียนหอวัง .(2548) การสำรวจความคิดเห็นเกี่ยวกับการออมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โรงเรียนหอวัง (<http://www.mfcwebactivity1.com/latirelire02/saving/p27.html>)
- ลีลาภรณ์ บัวสาย ; บรรณาธิการ .(2549) . เศรษฐกิจพอเพียง : ร่วมเรียนรู้ สานข่าย ขยายผล กรุงเทพฯ: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย.

- วราวัฒน์ สุวรรณระดา และ สมประวิณ มั่นประเสริฐ. (2551). ปัจจัยกำหนดพฤติกรรมการออมของผู้มีงานทำในประเทศไทย:การศึกษาจากข้อมูลการสำรวจในระดับจุลภาค(Online).http://pioneer.netserv.chula.ac.th/~msompraw/Savings_NCE2009.pdf.
- ศูนย์วิจัยกรุงเทพโพลล์ สถาบันวิจัยมหาวิทยาลัยกรุงเทพ.(2549).สำนักเรื่องการประหยัของเยาวชนไทยในยุคน้ำมันแพง เขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑลจำนวน (<http://research.bu.ac.th>)
- สถาบันรามจิตติและตลาดหลักทรัพย์แห่งประเทศไทย. (2549). การสำรวจพฤติกรรมการจัดการการเงินส่วนบุคคล (Money Watch) (http://www.ramajitti.com/research_project_money.php)
- สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย . (2546).โครงการวิจัย Child Watch (elibrary.trf.or.th/search)
- _____. (2552). โครงการวิจัยเรื่อง การจัดระเบียบสังคมบ้านดง ตำบลนาขาง อำเภอสมปราบ จังหวัดลำปาง
- _____. (2552). การประมวลค่าใช้จ่ายในงานศพ พัฒนาสู่วัฒนธรรมของความร่วมมือ. ถ่ายเอกสารสำนักบริหารยุทธศาสตร์และบูรณาการการศึกษาที่ 8 สมุดบันทึกรายรับ-จ่ายเพื่อความพอเพียง : รายรับ-รายจ่าย
- Allport,G.W.,&Ross, M.J.(1967).Personal religious orientation and prejudice.Journal of Personality and Social Psychology,5(4),432-443.
- Bandura,A.(1986).Social foundations of thought and action: A social cognitive theory. Englewood Cliffs, NJ : Prentice Hall.
- Coopersmith,S.(1981).The antecedents of self-esteem.Palo Alto,CA:Consulting Psychologists Press.
- _____. (1981). SEI.Self-esteem inventories .Palo Alto,CA:Consulting Psychologists Press
- _____. (2002). Self-esteem inventories manual. Mind Garden, Inc.
- Fishbein and Ajzen.(1988).Attitudes, personality, and behavior. Chicago: Dorsey.
- Franco Modigliani and Richard Brumberg, 1954. *Utility Analysis and the Consumption Function:An Interpretation of the Cross-Section Data*. in Post-Keynesian Economics. Eds: Kenneth Kuhihara, New Brunswick, NJ: Rutgers University Press. (Online). <http://www.mfcwebactivity1.activity1.com/pegasus/saving3.html>
- Freeman . (1981). The Antecedents of Self-esteem. CA : Consulting Psychologists Press.
- _____. (2002). Self-esteem inventories manual. CA : Mind Garden.
- Gibson, J.L., Ivancevich, J.H. & Donnelly, J.M. (2000). Organizations,behaviour, structure and processes. Tenth edition. New York: Irwin McGraw-Hill
- Jeffrey D. Sachs & Felipe B. Larrain . (1993).Macroeconomics in the Global Economy . New York: Pendulum Press.

- Kagan, J., Garn, S. M. (1968). *American Journal of Psychiatry*. 11(6): 334 – 342.
- Kaplan, K. J. (1972). On the ambivalence–indifference problem in attitude theory and measurement: A suggested modification of the semantic differential technique. *Psychological Bulletin*, 77, 361–372.
- Keynes, John Maynard. (2007). *The General Theory of Employment, Interest and Money*. Basingstoke, Hampshire: Palgrave Macmillan. An Interpretation of the Cross-Section Data. in *Post-Keynesian Economics*. Eds:
- Maslow A. H. (1987). *Motivation and Personality* (3rd ed.). New York: Harper & Row.
- Martin Browning & Thomas F. Crossley. (2001). *Saving and Life-Cycle Theory of Consumption*. *The Journal of Economic Perspectives*, Vol. 15, No. 3 (Summer, 2001), pp. 3-22 .
- Milton Friedman . (1970). *The New York Times Magazine*, September 13, 1970. Copyright © 1970 by The New York Times Company.
- Rokeach, Milton. (1970). *Belief Attitude and Value : A Theory of Organization and Change*. San Francisco : Jossey Bass Inc., Publishing.
- Satir, V., et al. (1991). *The Satir model.*: Science and Behavior Books, Palo Alto, CA
- Shrigley, R. L. (1990). Attitude and Behaviour are Correlates. *Journal of Research in Science Teaching*, 27(1), 97 – 113.
- Triandis H C. (1971). *Anizude and annude change*. Department of Psychology, University of Illinois, Champaign, IL. New York: Wiley
- Thurstone, L. L. (1976). Attitudes can be measured. Pages 77-89 in M. Fishbein, editor. *Readings in attitude theory and measurement*. John Wiley and Sons, New York, New York.
- Wolman, B. B. (1973), *Dictionary of Behavioral Science*, New York: Van Nostrand Reinhold Company.

ภาคผนวก



ภาคผนวก ก
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย



เจตคติต่อการออม

เจตคติต่อการออม	เห็นด้วยอย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง
1. เงินทำให้ชีวิตตามทันแฟชั่น ไม่ตกสมัย / ตกเทรน					
2. การออมเป็นการสร้างวินัยในการใช้จ่ายสำหรับตนเอง					

3. การออม คือ ทางออกของภาวะเศรษฐกิจปัจจุบัน					
4. การออม ทำให้โอกาสในการแข่งขันกับผู้อื่นลดลง					
5. การเอาชนะสิ่งฟุ่มเฟือย คือ เป้าหมายของการออม					
6. ค่าของเงินที่ออมในวันนี้ไม่มีความหมายในวันหน้า					
7. การออมช่วยให้ไม่เดินไปตามกระแสวัตถุนิยม					
8. การลดค่าใช้จ่ายส่วนเกิน เป็นการเริ่มต้นการออม					
9. ค่าใช้จ่ายในวันนี้ทำให้การออมเป็นเรื่องที่ยาก					
10. การใช้จ่ายของวัยรุ่นเป็นไปตามกระแสที่จำเป็น					
11. การใช้จ่ายโดยไม่ได้อคิด เป็นการดำเนินชีวิตที่ประมาท					
12. การทำบัญชีรับจ่ายเป็นวิธีการลดค่าใช้จ่ายส่วนเกิน					
13. การทำบัญชีรับจ่ายทุกวันเป็นภาระที่ยุงยาก					
14. การถนอม / ซ่อมบำรุงสิ่งของเครื่องใช้เป็นความภูมิใจของกัน					
15. ใครๆ ก็มีความสุขได้ ถ้าใช้ชีวิตอย่างพอเพียง					
16. ความพอเพียง คือ คำตอบของการออม					
17. ความสวยงาม / เสื้อผ้าหน้าผม และวัยรุ่นเป็นของกลุ่มกัน					
18. การเที่ยวกลางคืน เป็นโอกาสเรียนรู้ชีวิตอีกด้านหนึ่ง					
19. การเที่ยว / การสังสรรค์ เป็นการเพิ่มคุณค่าให้กับตนเอง					
20. การออม คือ การเก็บสะสมเงินที่เหลือใช้					

การเห็นคุณค่าในตนเอง

การเห็นคุณค่าในตนเอง	ใช่	ไม่ใช่
1. ฉันตัดสินใจได้โดยไม่ลังเล		
2. ฉันไม่มั่นใจถ้าจะต้องพูดต่อหน้ากลุ่มคน		
3. มีหลายอย่างในตัวฉันที่ฉันไม่ชอบและอยากจะเปลี่ยน		
4. ฉันมั่นใจในการตัดสินใจของฉัน		

5. ฉันเป็นคนที่ใครๆ ก็อยากอยู่ด้วย		
6. ฉันหงุดหงิดง่ายกับคนที่บ้าน		
7. ฉันต้องใช้เวลาอย่างมากในการปรับตัวยอมรับกับสิ่งใหม่ๆ ในชีวิต		
8. เพื่อนวัยเดียวกันชื่นชอบฉัน		
9. ไม่ว่าจะทำอะไรคนในครอบครัวมักใส่ใจความรู้สึกของฉัน		
10. ฉันมักคล้อยตามความคิดของผู้อื่น		
11. ครอบครัวของฉันตั้งความหวังที่สูงเกินไปสำหรับฉัน		
12. ชีวิตของฉันมีแต่ความยากลำบาก		
13. ชีวิตของฉันมีแต่ความยุ่งเหยิงวุ่นวาย		
14. ฉันมักมีความเห็นผิดๆ ที่ทำให้ผู้อื่นคล้อยตามได้		
15. ฉันรู้สึกตัวเองไม่มีอะไรดี		
16. มีหลายครั้งที่ฉันรู้สึกอยากจะหนีไปให้พ้นๆ		
17. ฉันมักจะรู้สึกไม่พอใจกับผลงานของตัวเอง		
18. ฉันดูดีสู้คนอื่นๆ ไม่ได้		
19. ฉันกลัวที่จะพูดถึงความรู้สึกที่แท้จริงของฉัน		
20. ครอบครัวของฉันเข้าใจฉัน		
21. คนส่วนใหญ่จะมีคนมารักใคร่ชอบพอมากกว่าตัวฉัน		
22. ฉันรู้สึกว่าครอบครัวสร้างความกดดันให้ตัวฉัน		
23. ฉันมักจะท้อแท้กับสิ่งที่ฉันทำอยู่		
24. ฉันไม่ชอบตัวเอง ฉันอยากเป็นคนอื่น		
25. ฉันไม่สามารถเป็นที่พึ่งของใครได้		

ความพอเพียงในชีวิต

ความพอเพียงในชีวิต	ใช่	ไม่ใช่
1. ในวันหยุด คุณมักออกไปเที่ยวข้างนอกมากกว่าอยู่บ้าน / หอพัก		
2. ไม่ว่าซื้ออะไร คุณไม่เคยพลาดการต่อรองราคา		
3. คุณพกขวดน้ำดื่มสำหรับดื่ม โดยไม่ต้องซื้อ		
4. คุณใช้มือถือโทรออกและรับสาย ไม่สนใจฟังก์ชันอะไรเท่าไร		
5. เวลาเพื่อนโทรมาชวนไปงานสังสรรค์ คุณจะต้องหาซื้อชุดใหม่ใส่ไปงาน		

6. คุณใช้บริการรถโดยสารประจำทางเป็นส่วนใหญ่		
7. หลายครั้งที่คุณเลือกซื้อสินค้า เพราะอยากได้ของแถม		
8. คุณไม่ค่อยพลาดกับการซื้อสินค้าลดราคาตามห้างสรรพสินค้าต่างๆ		
9. เมื่อสิ้นเดือนคุณมีเงินเก็บเล็กๆ น้อยๆ		
10. ยามว่างคุณจะดัดแปลงของเก่ามาใช้ใหม่		
11. ในตู้เสื้อผ้ามีชุดที่คุณซื้อมาแล้ว แต่ไม่เคยได้ใส่มากกว่าครึ่ง		
12. คุณเก็บใบเสร็จแต่ละเดือนเพื่อดูว่าใช้เงินไปกับอะไรบ้าง		
13. คุณยอมอดข้าว เพื่อเก็บเงินไว้ซื้อของราคาแพงที่อยากได้		
14. ไม่ว่าเทศกาลใด คุณมักจะไปฉลองกับเพื่อนๆ		
15. เสื้อผ้าที่คุณได้ส่วนใหญ่เป็นสินค้าแบรนด์เนม / ตามแฟชั่น		

ความพอเพียงในชีวิต	ใช่	ไม่ใช่
16. คุณอ่านหนังสือเล่มโปรดจากห้องสมุด / ร้านขายหนังสือโดยไม่ต้องซื้อ		
17. ร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดชื่อดังทั้งหลาย ไม่มีทางได้เงินของคุณแน่นอน		
18. คาราวินิจฉัยของคุณขึ้นปกนิตยสาร คุณจะรีบซื้อทันที		
19. วันเกิดของเพื่อน คุณจะให้ของขวัญที่ทำด้วยฝีมือของคุณเอง		
20. คุณบันทึกรายการค่าใช้จ่ายของทุกวัน		
21. กระเป๋าเงินของคุณเต็มไปด้วยบัตรสมาชิก/บัตรส่วนลดของร้านค้าต่างๆ		

22. เวลาที่คุณตั้งใจจะไปซื้ออะไร คุณจะได้อะไรอย่างอื่นติดมือกลับมา		
23. กว่าจะได้เสียเงินซื้อของ คุณต้องเดินสำรวจราคาให้ครบทุกร้านเสียก่อน		
24. คุณหาข้อมูลในการเลือกใช้โปรโมชันมือถือ เพื่อความคุ้มค่าที่มากกว่า		
25. คุณสามารถจัดสรรเงินได้พอดี ไม่เคยขอเงินค่าขนมเพิ่ม		
26. คุณต้องเสียเงินในการเล่นเกมนานๆ / คอมพิวเตอร์ / ตู้เกม		
27. แม้จะเป็นหนังเรื่องโปรด คุณก็จะรอ เพื่อที่จะซื้อตัวในราคาที่ถูกลง		
28. คุณจะรักษา / ถนอม / ซ่อมบำรุงสิ่งของเครื่องใช้อย่างคุ้มค่า		
29. หลายครั้งที่คุณพยายามจะประหยัด แต่ก็ไม่ได้ทำได้อย่างที่ตั้งใจ		
30. คุณมักจะไปเที่ยวกลางคืนกับเพื่อนๆ		

ชื่อ-สกุล

ชั้นปีที่ศึกษา



ทุกวันนี้ไม่ว่าทำอะไรต้องใช้เงิน
 เงินได้เป็นปัจจัยสำคัญต่อการดำรงชีวิต
 เคยสงสัยไหมว่า เงินถูกใช้ไปกับอะไร
 การใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน
 ควรจดรายการรายจ่าย และจดให้ครบถ้วน “อย่าเพิ่งเบื่อหน่าย”
 การทำบัญชีรับ-จ่ายจะช่วยเตือนสติ สะท้อนแนวโน้มการใช้เงิน
 และนำไปสู่วินัยในการบริหารเงิน

การวิเคราะห์พฤติกรรมการใช้จ่าย
 จำแนกรายจ่าย เพื่อการศึกษา อาหาร เสื้อผ้า บ้านเพิง ใช้สอย
 ลด ละ เลิกการใช้จ่ายฟุ่มเฟือย
 เงินคงเหลือแต่ละเดือน ให้นำไปแบ่งฝากธนาคาร
 เพื่อสร้างนิสัยการออม

เงินออมเล็กๆ น้อยๆ คือเงินก้อนใหญ่ในวันข้างหน้า
 บัญชีรับ-จ่ายเป็นเครื่องมือสำหรับการเรียนรู้เรื่องอย่างพอเพียง
 หากวันนี้ได้ลองบันทึก
 พฤติกรรมการใช้จ่ายจะมีแนวโน้มสู่การออม

กติกา มศว. พอเพียง

วิธีการหลีกเลี่ยง / เปลี่ยนแปลงเพื่อการออม
 อย่างองชั้นสูงเล็กๆ น้อยๆ ในชีวิตประจำวัน

คิดก่อนจ่าย

อย่าเพลินกับ shopping
 ควรจตรายการที่ต้องซื้อ
 และเลือกซื้อเฉพาะ
 ที่จำเป็น

พกพาไป

น้ำดื่มไม่จำเป็นต้องซื้อหา
 ให้พกพาใส่ขวด
 ที่ดื่มได้

ชอบเหมือนกัน แบ่งปันกัน

ไม่ว่าดูหนัง / ฟังเพลง
 การแบ่งปัน
 ย่อมให้มากกว่าที่คิด

Mix & Match

เสื้อผ้า / ของเก่าเก็บ
 นำมาตกแต่งให้เก๋
 มีสไตล์ตามใจนึก
 ก็สวยได้
 ไม่ใช่ใคร

Just say No

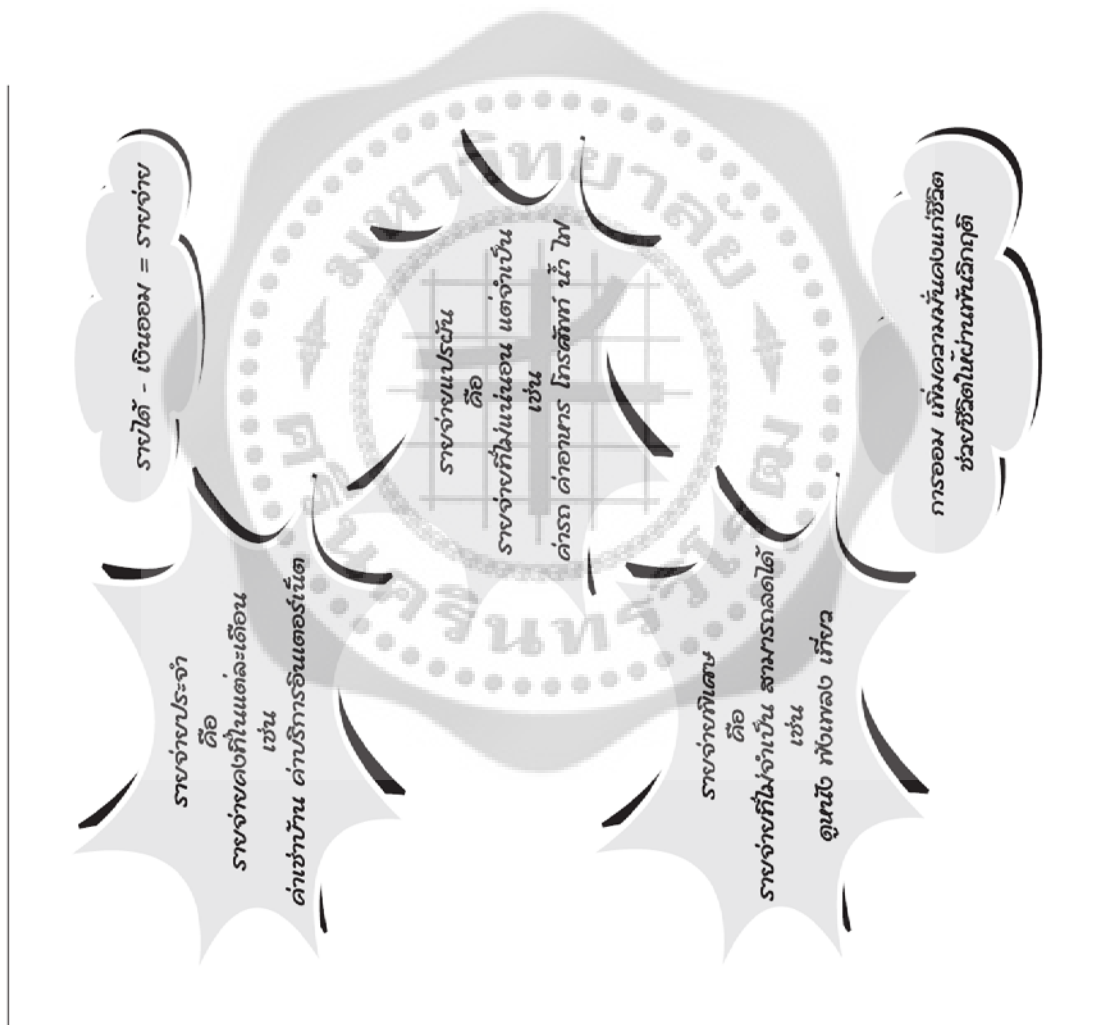
เพื่อนฝูงมากมาย เฮ้ยไหนเฮ้ยไหน
 ทักขะการปฏิเสธและต่อรอง
 เป็นเกราะป้องกันกรกิน / การเที่ยว
 โดยไม่จำเป็น

เดิน เดิน เดิน

ลองเดินแทนการนั่งรถ
 ลองทำกิจกรรมด้วยตนเอง
 คุณจะเสียเหงื่อพอๆ กับ
 การเสียเงินเข้าฟิตเนส

ของฟรีมีทั่วโลก

หนังสือเล่มโปรด
 DVD แสมสนุก ฟรีที่ห้องสมุด
 อัปเดตเพลงใหม่ล่าสุด
 ฟรีจากอินเทอร์เน็ต

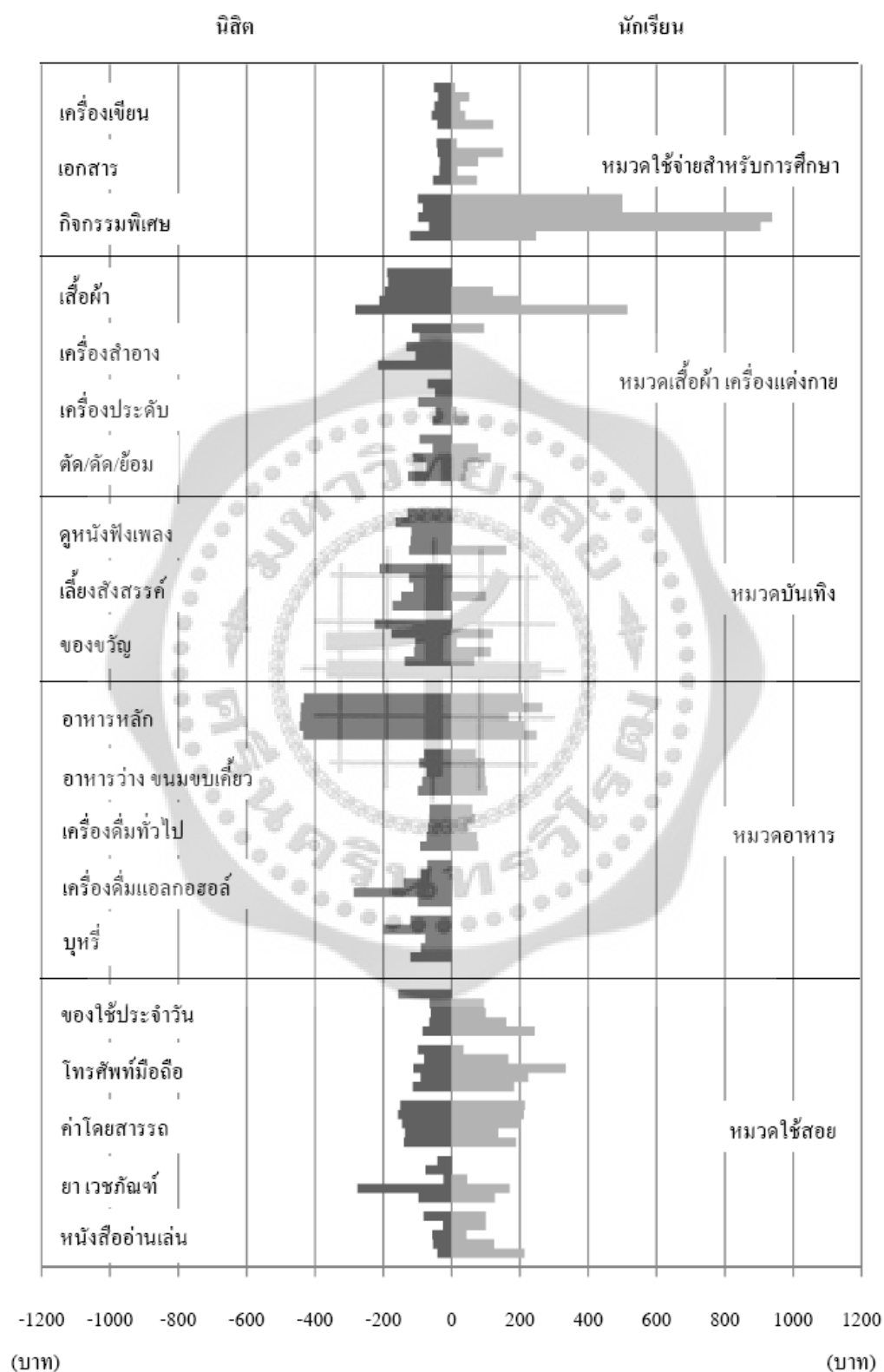




ภาคผนวก ข

ค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน

ค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน ประกอบด้วยค่าใช้จ่าย 5 หมวด 20 รายการ ผลการศึกษา
ค่าใช้จ่ายของนิสิตและนักเรียนที่มีค่าจ่าย เป็นเวลา 5 สัปดาห์ ดังรายละเอียดต่อไปนี้



ภาพประกอบ 14 ค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน /สัปดาห์ ของนิสิตและนักเรียนที่มีค่าจ่าย

2.1 หมวดค่าใช้จ่ายสำหรับการศึกษา พบว่าจำนวนนิสิตที่มีค่าใช้จ่าย / สัปดาห์ ดังตาราง 9

ตาราง 15 จำนวน (ร้อยละ) ของนิสิตที่มีค่าใช้จ่าย จำแนกตามหมวดค่าใช้จ่ายสำหรับการศึกษา 5 สัปดาห์

หมวดการศึกษา	สัปดาห์ที่ 1 จำนวน (%)	สัปดาห์ที่ 2 จำนวน (%)	สัปดาห์ที่ 3 จำนวน (%)	สัปดาห์ที่ 4 จำนวน (%)	สัปดาห์ที่ 5 จำนวน (%)
เครื่องเขียน	n = 58 (37.18)	n = 56 (35.90)	n = 52 (33.33)	n = 50 (32.05)	n = 46 (29.49)
น้อยกว่า $\bar{X}$	38 (65.52)	40 (71.42)	30 (57.69)	34 (68.00)	36 (78.26)
มากกว่า/เท่ากับ $\bar{X}$	20 (34.48)	16 (28.57)	22 (42.31)	16 (32.00)	10 (21.74)
$\bar{X} \pm s$	41.79 $\pm$ 51.43	58.18 $\pm$ 84.79	49.69 $\pm$ 40.17	39.00 $\pm$ 37.39	51.39 $\pm$ 58.10
min-max	5 - 270	10 - 460	5 - 150	5 - 150	10 - 250
ค่าเอกสารตำรา	n = 96 (61.54)	n = 92 (58.97)	n = 56 (35.90)	n = 74 (47.44)	n = 68 (43.59)
น้อยกว่า $\bar{X}$	66 (68.75)	58 (63.04)	32 (57.14)	46 (62.16)	48 (70.59)
มากกว่า/เท่ากับ $\bar{X}$	30 (31.25)	34 (36.96)	24 (42.86)	28 (37.84)	20 (29.41)
$\bar{X} \pm s$	53.94 $\pm$ 67.16	35.63 $\pm$ 27.65	34.14 $\pm$ 20.28	39.81 $\pm$ 43.07	42.74 $\pm$ 42.37
min-max	10 - 280	6 - 146	4 - 80	5 - 220	6 - 180
ค่ากิจกรรมพิเศษ	n = 34 (21.79)	n = 28 (17.95)	n = 26 (16.67)	n = 38 (24.36)	n = 28 (17.95)
น้อยกว่า $\bar{X}$	26 (76.47)	22 (78.57)	18 (69.23)	26 (68.42)	18 (64.29)
มากกว่า/เท่ากับ $\bar{X}$	22 (23.53)	6 (21.43)	8 (30.77)	12 (31.58)	10 (35.71)
$\bar{X} \pm s$	121.82 $\pm$ 140.45	65.79 $\pm$ 70.97	97.92 $\pm$ 97.53	83.11 $\pm$ 80.18	98.57 $\pm$ 87.96
min-max	1 - 450	6 - 300	10 - 300	20 - 300	40 - 300

ตาราง 16 จำนวน (ร้อยละ) ของนักเรียนที่มีค่าใช้จ่าย จำแนกตามหมวดใช้จ่ายสำหรับการศึกษา 5 สัปดาห์

หมวดการศึกษา	สัปดาห์ที่ 1 จำนวน (%)	สัปดาห์ที่ 2 จำนวน (%)	สัปดาห์ที่ 3 จำนวน (%)	สัปดาห์ที่ 4 จำนวน (%)	สัปดาห์ที่ 5 จำนวน (%)
เครื่องเขียน	n = 38 (30.40)	n = 28 (22.40)	n = 21 (16.80)	n = 16(12.80)	n = 10 (8.00)
น้อยกว่า $\bar{X}$	29 (76.32)	19 (67.86)	16 (76.19)	11 (68.75)	5 (50.00)
มากกว่า/เท่ากับ $\bar{X}$	9 (23.68)	9(32.14)	5 (23.81)	5 (31.25)	5 (50.00)
$\bar{X} \pm s$	121.25 $\pm$ 134.46	39.67 $\pm$ 32.07	25.00 $\pm$ 13.54	52.00 $\pm$ 64.28	10.00 $\pm$ 6.12
min-max	9 - 400	11 - 100	15 - 45	10 - 126	5 - 20
ค่าเอกสาร ตำรา	n = 44 (35.20)	n = 19 (15.20)	n = 18 (14.40)	n = 24 (19.20)	n = 12 (9.60)
น้อยกว่า $\bar{X}$	34 (77.27)	5 (26.32)	14 (77.78)	14 (58.33)	7 (58.33)
มากกว่า/เท่ากับ $\bar{X}$	10 (22.73)	14 (73.68)	4 (22.22)	10 (41.67)	5 (41.67)
$\bar{X} \pm s$	74.33 $\pm$ 99.54	17.00 $\pm$ 6.00	77.00 $\pm$ 115.68	150.20 $\pm$ 188.24	16.71 $\pm$ 6.63
min-max	11 - 311	8 - 20	8 - 250	3 - 405	10 - 30
ค่ากิจกรรมพิเศษ	n = 31 (24.80)	n = 8 (6.40)	n = 26 (20.80)	n = 3 (2.40)	n = 4 (3.20)
น้อยกว่า $\bar{X}$	21(67.74)	4(50.00)	16 (61.54)	3 (61.54)	3 (61.54)
มากกว่า/เท่ากับ $\bar{X}$	10 (32.26)	4(50.00)	10 (38.46)	2 (38.46)	2 (38.46)
$\bar{X} \pm s$	247.50 $\pm$ 333.07	905.00 $\pm$ 289.91	938.00 $\pm$ 1,183.88	166.67 $\pm$ 0	125.00 $\pm$ 0
min-max	15 - 740	700 - 1,110	30 - 2,900	-	-

2.2 หมวดเสื้อผ้า เครื่องแต่งกาย

ตาราง 17 จำนวน (ร้อยละ) ของนิสิตที่มีค่าใช้จ่าย จำแนกตามหมวดเสื้อผ้า เครื่องแต่งกาย 5 สัปดาห์

หมวดเสื้อผ้า	สัปดาห์ที่ 1 จำนวน (%)	สัปดาห์ที่ 2 จำนวน (%)	สัปดาห์ที่ 3 จำนวน (%)	สัปดาห์ที่ 4 จำนวน (%)	สัปดาห์ที่ 5 จำนวน (%)
เสื้อผ้า	n=46 (29.49)	n=54 (34.62)	n=48 (30.77)	n=32 (20.52)	n=30 (19.23)
น้อยกว่า $\bar{X}$	32(69.57)	40 (74.07)	30 (62.50)	24 (75.00)	14 (46.67)
มากกว่า/เท่ากับ $\bar{X}$	14 (30.43)	14 (25.93)	18 (37.50)	8 (25.00)	16 (53.33)
$\bar{X} \pm s$	281.00 $\pm$ 385.23	210.70 $\pm$ 127.54	194.83 $\pm$ 151.97	184.88 $\pm$ 228.28	188.53 $\pm$ 95.96
min-max	30 - 1,990	30 - 500	26 - 630	25 - 1,000	30 - 350
เครื่องสำอาง	n=32 (20.51)	n=26 (16.67)	n=24 (15.38)	n=30 (19.23)	n=16 (10.26)
น้อยกว่า $\bar{X}$	26 (81.25)	14 (53.85)	18 (75.00)	16 (53.33)	12 (75.00)
มากกว่า/เท่ากับ $\bar{X}$	6 (18.75)	12 (46.15)	6 (25.00)	14 (46.67)	4 (25.00)
$\bar{X} \pm s$	215.25 $\pm$ 315.40	105.08 $\pm$ 63.12	132 $\pm$ 123.70	93.07 $\pm$ 53.93	115.00 $\pm$ 98.02
min-max	10 - 1,100	15 - 200	39 - 420	10 - 179	25 - 280
เครื่องประดับ	n=16 (10.26)	n=22 (14.10)	n=12 (7.69)	n = 12 (7.69)	n = 8 (5.13)
น้อยกว่า $\bar{X}$	8 (50.00)	10 (45.45)	8 (66.67)	4 (33.33)	60 (75.00)
มากกว่า/เท่ากับ $\bar{X}$	8 (50.00)	12 (54.55)	4 (33.33)	8 (66.67)	2 (25.00)
$\bar{X} \pm s$	55.00 $\pm$ 38.55	46.82 $\pm$ 24.83	97.50 $\pm$ 95.28	48.33 $\pm$ 24.01	69.75 $\pm$ 94.02
min-max	20 - 100	20 - 100	20 - 250	20 - 80	9 - 210
ผม : ตัด ตัด ย้อม	n = 22 (14.10)	n = 10 (6.41)	n = 6 (3.85)	n = 4 (2.56)	n = 16 (10.26)
น้อยกว่า $\bar{X}$	18 (81.82)	4 (40.00)	4 (66.67)	2 (50.00)	8 (50.00)
มากกว่า/เท่ากับ $\bar{X}$	4 (18.18)	6 (60.00)	2 (33.33)	2 (50.00)	8 (50.00)
$\bar{X} \pm s$	127.18 $\pm$ 177.41	74.00 $\pm$ 19.49	113.33 $\pm$ 118.46	55.00 $\pm$ 7.07	93.75 $\pm$ 50.41
min-max	20 - 650	50 - 100	40 - 250	50 - 60	40 - 200

ตาราง 18 จำนวน (ร้อยละ) ของนักเรียนที่มีค่าใช้จ่าย จำแนกตามหมวดเสื้อผ้า เครื่องแต่งกาย 5 สัปดาห์

หมวดเสื้อผ้า	สัปดาห์ที่ 1 จำนวน (%)	สัปดาห์ที่ 2 จำนวน (%)	สัปดาห์ที่ 3 จำนวน (%)	สัปดาห์ที่ 4 จำนวน (%)	สัปดาห์ที่ 5 จำนวน (%)
เสื้อผ้า	n = 11 (8.80)	n = 8 (6.40)	n = 9 (7.20)	n = 0	n = 0
น้อยกว่า $\bar{X}$	6(54.55)	6 (75.00)	5(55.55)	-	-
มากกว่า/เท่ากับ $\bar{X}$	5(45.45)	2 (25.00)	4(45.45)	-	-
$\bar{X} \pm s$	514.50 $\pm$ 190.21	197.25 $\pm$ 87.97	128.78 $\pm$ 32.69	-	-
min-max	380 - 649	99 - 350	99 - 200	-	-
เครื่องสำอาง	n = 0	n = 0	n = 0	n = 0	n = 1 (0.80)
น้อยกว่า $\bar{X}$	-	-	-	-	-
มากกว่า/เท่ากับ $\bar{X}$	-	-	-	-	-
$\bar{X} \pm s$	-	-	-	-	$\bar{X}=95.00$
min-max	-	-	-	-	-
เครื่องประดับ	n = 5 (4.40)	n = 12 (9.60)	n = 0	n = 0	n = 0
น้อยกว่า $\bar{X}$	3 (60.00)	6 (50.00)	-	-	-
มากกว่า/เท่ากับ $\bar{X}$	2 (40.00)	6 (50.00)	-	-	-
$\bar{X} \pm s$	50.00 $\pm$ 19.04	15.00 $\pm$ 7.07	-	-	-
min-max	30 - 80	10 - 20	-	-	-
ผม : ตัด ตัด ย้อม	n = 1 (0.80)	n = 15 (12.00)	n = 10 (8.00)	n = 0	n = 0
น้อยกว่า $\bar{X}$	-	10 (66.67)	5 (50.00)	-	-
มากกว่า/เท่ากับ $\bar{X}$	-	5 (33.33)	5 (50.00)	-	-
$\bar{X} \pm s$	$\bar{X}=40.00$	46.67 $\pm$ 30.55	115.00 $\pm$ 91.92	-	-
min-max	-	20 - 80	50 - 180	-	-

2.3 หมวดบันเทิง

ตาราง 19 จำนวน (ร้อยละ) ของนิสิตที่มีค่าใช้จ่าย จำแนกตามหมวดบันเทิง 5 สัปดาห์

หมวดบันเทิง	สัปดาห์ที่ 1 จำนวน (%)	สัปดาห์ที่ 2 จำนวน (%)	สัปดาห์ที่ 3 จำนวน (%)	สัปดาห์ที่ 4 จำนวน (%)	สัปดาห์ที่ 5 จำนวน (%)
ดูหนัง ฟังเพลง	n = 34 (21.79)	n = 18 (11.54)	n = 24 (15.38)	n = 12 (7.69)	n = 22 (14.10)
น้อยกว่า $\bar{X}$	26 (76.47)	10 (55.56)	10 (41.67)	4 (33.33)	14 (63.64)
มากกว่า/เท่ากับ $\bar{X}$	8 (23.53)	8 (44.44)	14 (58.33)	8 (66.67)	8 (36.36)
$\bar{X} \pm s$	124.41 $\pm$ 128.21	118.89 $\pm$ 62.14	117.50 $\pm$ 43.67	163.33 $\pm$ 74.21	128.64 $\pm$ 74.66
min-max	10 - 450	50 - 220	60 - 180	60 - 240	60 - 300
เลี้ยงสังสรรค์	n = 22 (14.10)	n = 28 (17.95)	n = 20 (12.82)	n = 18 (11.54)	n = 24 (15.38)
น้อยกว่า $\bar{X}$	12 (54.55)	16 (57.14)	12 (60.00)	10 (55.56)	20 (83.33)
มากกว่า/เท่ากับ $\bar{X}$	10 (45.45)	12 (42.86)	8 (40.00)	8 (44.44)	4 (16.67)
$\bar{X} \pm s$	172.73 $\pm$ 78.63	146.79 $\pm$ 123.13	111.00 $\pm$ 68.18	123.87 $\pm$ 37.90	120.42 $\pm$ 107.12
min-max	100 - 350	25 - 500	5 - 200	80 - 200	45 - 750
ของขวัญ	n = 8 (5.13)	n = 10 (6.41)	n = 4 (2.56)	n = 10 (6.41)	n = 4 (2.56)
น้อยกว่า $\bar{X}$	4 (50.00)	6 (60.00)	2 (50.00)	4 (40.00)	2 (50.00)
มากกว่า/เท่ากับ $\bar{X}$	4 (50.00)	4 (40.00)	2 (50.00)	6 (60.00)	2 (50.00)
$\bar{X} \pm s$	137.50 $\pm$ 47.87	109.00 $\pm$ 85.76	106.00 $\pm$ 62.23	175.80 $\pm$ 35.89	225.00 $\pm$ 35.36
min-max	100 - 200	20 - 200	62 - 150	120 - 200	200 - 250

ตาราง 20 จำนวน (ร้อยละ) ของนักเรียนที่มีค่าใช้จ่าย จำแนกตามหมวดบันทึก 5 สัปดาห์

หมวดบันทึก	สัปดาห์ที่ 1 จำนวน (%)	สัปดาห์ที่ 2 จำนวน (%)	สัปดาห์ที่ 3 จำนวน (%)	สัปดาห์ที่ 4 จำนวน (%)	สัปดาห์ที่ 5 จำนวน (%)
ดูหนัง ฟังเพลง	n = 6 (4.80)	n = 0	n = 0	n = 0	n = 0
น้อยกว่า $\bar{X}$	4 (66.67)	-	-	-	-
มากกว่า/เท่ากับ $\bar{X}$	2 (33.33)	-	-	-	-
$\bar{X} \pm s$	161.67 $\pm$ 59.13	-	-	-	-
min-max	110 - 250	-	-	-	-
เลี้ยงสัตว์	n = 0	n = 5 (4.00)	n = 0	n = 0	n = 0
น้อยกว่า $\bar{X}$	-	3 (60.00)	-	-	-
มากกว่า/เท่ากับ $\bar{X}$	-	2 (40.00)	-	-	-
$\bar{X} \pm s$	-	97.50 $\pm$ 61.46	-	-	-
min-max	-	-	-	-	-
ของขวัญ	n = 29 (23.20)	n = 9 (7.20)	n = 5 (4.00)	n = 5 (4.00)	n = 0
น้อยกว่า $\bar{X}$	19 (65.52)	4 (44.44)	3 (60.00)	3 (60.00)	-
มากกว่า/เท่ากับ $\bar{X}$	10 (34.48)	5 (55.56)	2 (40.00)	2 (40.00)	-
$\bar{X} \pm s$	66.50 $\pm$ 102.92	115.00 $\pm$ 120.21	17.40 $\pm$ 7.99	121.00 $\pm$ 26.08	-
min-max	50 - 595	30 - 200	10 - 30	90 - 160	-

2.4 หมวดอาหาร

ตาราง 21 จำนวน (ร้อยละ) ของนิสิตที่มีค่าใช้จ่าย จำแนกตามหมวดอาหาร 5 สัปดาห์

หมวดอาหาร	สัปดาห์ที่ 1 จำนวน (%)	สัปดาห์ที่ 2 จำนวน (%)	สัปดาห์ที่ 3 จำนวน (%)	สัปดาห์ที่ 4 จำนวน (%)	สัปดาห์ที่ 5 จำนวน (%)
อาหารหลัก	n=156(100.00)	n=156(100.00)	n=156(100.00)	n=156(100.00)	n=156(100.00)
น้อยกว่า $\bar{X}$	76 (49.35)	80 (51.28)	74 (47.44)	76 (76.00)	76 (48.72)
มากกว่า/เท่ากับ $\bar{X}$	78 (50.65)	76 (48.72)	82 (52.56)	24 (24.00)	80 (51.28)
$\bar{X} \pm s$	433.94 $\pm$ 199.50	445.68 $\pm$ 184.37	442.64 $\pm$ 223.01	440.90 $\pm$ 189.05	431.91 $\pm$ 227.80
min-max	55 - 880	53 - 850	30 - 941	50 - 825	60 - 900
อาหารว่าง	n = 126 (80.77)	n= 120(76.92)	n = 122(78.21)	n = 120(76.92)	n = 116(74.36)
น้อยกว่า $\bar{X}$	78 (61.90)	78 (65.00)	78 (63.93)	76 (63.33)	74 (63.79)
มากกว่า/เท่ากับ $\bar{X}$	48 (38.10)	42 (35.00)	44 (36.07)	44 (36.67)	42 (36.21)
$\bar{X} \pm s$	98.57 $\pm$ 77.84	85.88 $\pm$ 72.54	73.44 $\pm$ 72.02	94.42 $\pm$ 81.24	79.33 $\pm$ 69.37
min-max	15 - 350	10 - 320	5 - 350	10 - 350	5 - 353
สัดส่วนอาหาร					
หลัก : อาหารว่าง	4.35 : 1	5.19 : 1	6.03 : 1	4.67 : 1	5.44 : 1
เครื่องดื่มทั่วไป	n = 124 (79.49)	n=120(76.92)	n = 128(82.05)	n = 132(84.62)	n = 120(76.92)
น้อยกว่า $\bar{X}$	78 (62.90)	62 (51.67)	68 (53.13)	72 (54.55)	72 (60.00)
มากกว่า/เท่ากับ $\bar{X}$	46 (37.10)	58 (48.33)	60 (46.87)	60 (45.45)	48 (40.00)
$\bar{X} \pm s$	91.10 $\pm$ 77.88	73.47 $\pm$ 43.04	69.05 $\pm$ 48.10	65.42 $\pm$ 40.08	63.83 $\pm$ 45.82
min-max	6 - 460	10 - 175	10 - 210	5 - 140	10 - 280
แอลกอฮอล์	n = 20(12.82)	n = 10 (6.41)	n = 22 (14.10)	n = 14 (8.97)	n = 14 (8.97)
น้อยกว่า $\bar{X}$	14 (70.00)	6 (60.00)	12 (54.55)	10 (71.43)	10 (71.43)
มากกว่า/เท่ากับ $\bar{X}$	6 (30.00)	4 (40.00)	10 (45.45)	4 (28.57)	4 (28.57)
$\bar{X} \pm s$	99.00 $\pm$ 160.01	286.00 $\pm$ 335.98	140.36 $\pm$ 104.53	90.14 $\pm$ 152.52	70.71 $\pm$ 77.91
min-max	5 - 500	10 - 700	20 - 300	5 - 400	10 - 200
บุหรี่	n = 1 (0.64)	n = 4 (2.56)	n = 6 (3.85)	n = 6 (3.85)	n = 1 (0.64)
น้อยกว่า $\bar{X}$	-	2 (50.00)	4 (66.67)	4 (66.67)	-
มากกว่า/เท่ากับ $\bar{X}$	-	2 (50.00)	2 (33.33)	2 (33.33)	-
$\bar{X} \pm s$	$\bar{X}$ =120.00	90.00 $\pm$ 42.43	76.67 $\pm$ 37.86	200.00 $\pm$ 177.76	$\bar{X}$ =120.00
min-max	-	60 - 120	50 - 120	60 - 400	-

ตาราง 22 จำนวน (ร้อยละ) ของนักเรียนที่มีค่าใช้จ่าย จำแนกตามหมวดอาหาร 5 สัปดาห์

หมวดอาหาร	สัปดาห์ที่ 1 จำนวน (%)	สัปดาห์ที่ 2 จำนวน (%)	สัปดาห์ที่ 3 จำนวน (%)	สัปดาห์ที่ 4 จำนวน (%)	สัปดาห์ที่ 5 จำนวน (%)
อาหารหลัก	n = 86(68.80)	n = 64 (51.20)	n = 68 (54.40)	n = 89 (71.20)	n = 63 (50.40)
น้อยกว่า $\bar{X}$	56 (65.12)	49 (76.56)	44 (64.71)	69 (77.53)	48 (76.19)
มากกว่า/เท่ากับ $\bar{X}$	30 (34.88)	15 (23.44)	24 (35.29)	20 (22.47)	15 (23.81)
$\bar{X} \pm s$	248.88 $\pm$ 300.68	212.85 $\pm$ 255.82	167.43 $\pm$ 129.18	266.06 $\pm$ 389.51	207.69 $\pm$ 307.15
min-max	26 - 1,274	15 - 928	26 - 515	10 - 1,305	26 - 1,205
อาหารว่าง	n = 115 (92.00)	n = 114 (91.20)	n = 111 (88.80)	n = 100 (80.00)	n = 108 (86.40)
น้อยกว่า $\bar{X}$	80 (69.57)	79 (69.30)	81 (72.97)	75 (75.00)	54 (50.00)
มากกว่า/เท่ากับ $\bar{X}$	35 (30.43)	35(30.70)	30 (27.03)	25 (25.00)	54 (50.00)
$\bar{X} \pm s$	105.09 $\pm$ 102.89	100.48 $\pm$ 104.26	98.05 $\pm$ 157.48	97.10 $\pm$ 154.31	69.86 $\pm$ 61.27
min-max	5 - 350	10 - 387	10 - 770	10 - 700	10 - 244
สัดส่วนอาหาร					
หลัก : อาหารว่าง	2.37 : 1	2.12 : 1	1.71 : 1	2.74 : 1	2.97 : 1
เครื่องดื่มทั่วไป	n = 113 (90.40)	n = 108 (86.40)	n = 94 (75.20)	n = 96 (76.80)	n = 83(66.40)
น้อยกว่า $\bar{X}$	69 (61.06)	64 (59.26)	64 (68.09)	61 (63.54)	44 (53.01)
มากกว่า/เท่ากับ $\bar{X}$	44 (38.94)	44 (40.74)	30 (31.91)	35 (36.46)	39 (46.99)
$\bar{X} \pm s$	78.13 $\pm$ 60.67	73.95 $\pm$ 75.39	46.32 $\pm$ 27.98	68.26 $\pm$ 59.16	60.00 $\pm$ 39.20
min-max	10 - 218	6 - 330	10 - 104	10 - 200	10 - 140
แอลกอฮอล์	(n = 0)	(n = 0)	(n = 0)	(n = 0)	(n = 0)
บุหรี่ยี่	(n = 0)	(n = 0)	(n = 0)	(n = 0)	(n = 0)

2.5 หมวดใช้สอย

ตาราง 23 จำนวน (ร้อยละ) ของนิสิตที่มีค่าใช้จ่าย จำแนกตามหมวดใช้สอย 5 สัปดาห์

หมวดใช้สอย	สัปดาห์ที่ 1 จำนวน (%)	สัปดาห์ที่ 2 จำนวน (%)	สัปดาห์ที่ 3 จำนวน (%)	สัปดาห์ที่ 4 จำนวน (%)	สัปดาห์ที่ 5 จำนวน (%)
ของใช้ประจำวัน	n = 36 (23.08)	n = 50 (32.05)	n = 34 (21.79)	n = 40 (25.64)	n = 18 (11.54)
น้อยกว่า $\bar{X}$	26 (72.22)	36 (72.00)	24 (70.59)	20 (50.00)	10 (55.56)
มากกว่า/เท่ากับ $\bar{X}$	10 (27.78)	14 (28.00)	10 (29.41)	20 (50.00)	8 (44.44)
$\bar{X} \pm s$	84.44 $\pm$ 90.10	65.44 $\pm$ 56.56	60.18 $\pm$ 50.83	64.20 $\pm$ 38.71	156.11 $\pm$ 111.78
min-max	10 - 319	10 - 220	14 - 200	17 - 149	48 - 350
โทรศัพท์มือถือ	n = 114 (73.08)	n = 98 (62.82)	n = 94 (60.26)	n = 88 (56.41)	n = 74 (47.44)
น้อยกว่า $\bar{X}$	86 (75.44)	60 (61.22)	74 (78.72)	56 (63.64)	44 (59.46)
มากกว่า/เท่ากับ $\bar{X}$	28 (24.56)	38 (38.78)	20 (21.28)	32 (36.36)	30 (40.54)
$\bar{X} \pm s$	113.82 $\pm$ 123.17	91.08 $\pm$ 67.85	111.09 $\pm$ 138.66	79.55 $\pm$ 57.46	97.95 $\pm$ 82.49
min-max	20 - 800	20 - 350	10 - 894	20 - 300	20 - 350
ค่าโดยสารรถ	n = 108 (69.23)	n = 104 (66.67)	n = 98 (62.82)	n = 104 (66.67)	n = 108 (69.23)
น้อยกว่า $\bar{X}$	68 (62.96)	60 (57.69)	60 (61.22)	60 (57.69)	66 (61.11)
มากกว่า/เท่ากับ $\bar{X}$	40 (37.04)	44 (42.31)	38 (38.78)	44 (42.31)	42 (38.89)
$\bar{X} \pm s$	139.00 $\pm$ 132.48	136.21 $\pm$ 91.60	144.76 $\pm$ 120.38	156.88 $\pm$ 137.71	149.59 $\pm$ 122.38
min-max	18 - 519	20 - 438	10 - 614	17 - 628	20 - 670
ยาเวชภัณฑ์	n = 26 (16.67)	n = 18 (11.54)	n = 8 (5.13)	n = 22 (14.10)	n = 6 (3.85)
น้อยกว่า $\bar{X}$	20 (76.92)	14 (77.78)	4 (50.00)	12 (54.55)	4 (66.67)
มากกว่า/เท่ากับ $\bar{X}$	6 (23.08)	4 (22.22)	4 (50.00)	10 (45.45)	2 (33.33)
$\bar{X} \pm s$	96.85 $\pm$ 127.26	275.44 $\pm$ 470.39	23.50 $\pm$ 14.27	76.18 $\pm$ 82.53	41.33 $\pm$ 25.01
min-max	15 - 500	10 - 1,200	6 - 40	10 - 300	24 - 70
หนังสืออ่านเล่น	n = 16 (10.26)	n = 12 (7.69)	n = 14 (8.97)	n = 18 (11.54)	n = 20 (12.82)
น้อยกว่า $\bar{X}$	12 (75.00)	8 (66.67)	12 (85.71)	12 (66.67)	12 (60.00)
มากกว่า/เท่ากับ $\bar{X}$	4 (25.00)	4 (33.33)	2 (14.29)	6 (33.33)	8 (40.00)
$\bar{X} \pm s$	14.75 $\pm$ 35.60	54.17 $\pm$ 43.75	55.71 $\pm$ 94.58	24.44 $\pm$ 16.02	81.43 $\pm$ 66.88
min-max	20 - 120	15 - 125	15 - 270	10 - 65	10 - 190

ตาราง 24 จำนวน (ร้อยละ) ของนักเรียนที่มีค่าใช้จ่าย จำแนกตามหมวดใช้สอย 5 สัปดาห์

หมวดใช้สอย	สัปดาห์ที่ 1 จำนวน (%)	สัปดาห์ที่ 2 จำนวน (%)	สัปดาห์ที่ 3 จำนวน (%)	สัปดาห์ที่ 4 จำนวน (%)	สัปดาห์ที่ 5 จำนวน (%)
ของใช้ประจำวัน n = 14 (11.20)	n = 8 (6.40)	n = 2 (1.60)	n = 3 (2.40)	n = 0	
น้อยกว่า $\bar{X}$	9 (64.29)	4 (50.00)	1 (50.00)	2 (66.67)	-
มากกว่า/เท่ากับ $\bar{X}$	5 (35.71)	4 (50.00)	1 (50.00)	1 (33.33)	-
$\bar{X} \pm s$	243.33 $\pm$ 222.34	160.00 $\pm$ 56.57	100.00 $\pm$ 14.14	96.67 $\pm$ 50.33	-
min-max	110 - 500	120 - 200	90 - 110	50 - 150	-
โทรศัพท์มือถือ n = 25 (20.00)	n = 46 (36.80)	n = 33 (26.40)	n = 24 (19.20)	n = 6 (4.80)	
น้อยกว่า $\bar{X}$	15 (60.00)	31 (67.39)	24 (72.73)	14 (58.33)	3 (50.00)
มากกว่า/เท่ากับ $\bar{X}$	10 (40.00)	15 (32.61)	9 (27.27)	10 (41.67)	3 (50.00)
$\bar{X} \pm s$	183.00 $\pm$ 74.63	224.00 $\pm$ 241.85	334.29 $\pm$ 323.62	166.40 $\pm$ 112.28	191.67 $\pm$ 77.31
min-max	100 - 300	41 - 815	90 - 100	57 - 300	100 - 300
ค่าโดยสารรถ n = 69 (55.20)	n = 58 (46.40)	n = 48 (38.40)	n = 43 (34.40)	n = 46 (36.80)	
น้อยกว่า $\bar{X}$	44 (63.77)	39 (67.24)	34 (70.83)	33 (76.74)	31 (67.39)
มากกว่า/เท่ากับ $\bar{X}$	25 (36.23)	19 (32.76)	15 (31.25)	10 (23.26)	15 (32.61)
$\bar{X} \pm s$	188.29 $\pm$ 175.71	136.58 $\pm$ 132.94	201.64 $\pm$ 270.47	211.00 $\pm$ 196.65	214.56 $\pm$ 185.77
min-max	35 - 667	16 - 406	10 - 1,000	31 - 672	23 - 612
ยาเวชภัณฑ์ n = 3 (2.40)	n = 14 (11.20)	n = 2 (1.60)	n = 0	n = 0	
น้อยกว่า $\bar{X}$	2 (66.67)	5 (35.71)	1 (50.00)	-	-
มากกว่า/เท่ากับ $\bar{X}$	1 (33.33)	9 (64.29)	1 (50.00)	-	-
$\bar{X} \pm s$	126.67 $\pm$ 87.37	170.00 $\pm$ 72.42	45.00 $\pm$ 21.21	-	-
min-max	20 - 150	60-360	30 - 60	-	-
หนังสืออ่านเล่น n = 23 (18.40)	n = 17 (13.60)	n = 19 (15.20)	n = 8 (6.40)	n = 5 (4.00)	
น้อยกว่า $\bar{X}$	18 (78.26)	11 (64.71)	5 (26.32)	4 (50.00)	3 (60.00)
มากกว่า/เท่ากับ $\bar{X}$	5 (21.74)	6 (35.29)	14 (73.68)	4 (50.00)	2 (40.00)
$\bar{X} \pm s$	213.60 $\pm$ 244.75	124.33 $\pm$ 88.64	43.75 $\pm$ 2.50	100.00 $\pm$ 70.71	101.00 $\pm$ 61.89
min-max	35 - 63.7	45 - 220	40 - 45	50 - 150	50 - 190



บทสรุปผู้บริหาร

ชื่อโครงการ

(ภาษาไทย) การพัฒนารูปแบบการออมตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงต่อการดำเนินชีวิตของนิสิตคณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

(ภาษาอังกฤษ) The Development of Saving Model Following Philosophy of the Sufficiency Economy on Lifestyle of Undergraduate Students, Faculty of Physical Education, Srinakharinwirot University

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อพัฒนารูปแบบการออมตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงต่อการดำเนินชีวิตของนิสิตคณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ที่มาของการวิจัย

กระแสการการพัฒนาเศรษฐกิจในยุคโลกาภิวัตน์ เขวชนถูกปลูกฝังให้ใช้จ่ายเกินตัวตั้งแต่เด็ก เกินความจำเป็น ขาดวินัยทางการเงิน ดำเนินชีวิตด้วยความประมาท ปรากฏการณ์ดังกล่าวเป็นกระจกสะท้อนภาพเหตุการณ์ที่จะก้าวไปสู่ชีวิตความเป็นอยู่ในอนาคตของชาติ จึงควรเร่งหาทางแก้ไขให้เขวชนรู้จักการใช้จ่าย เห็นคุณค่าของการออม บริหารการเงินอย่างฉลาด ใช้ชีวิตพอเพียง ตามกรอบแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว จากการทบทวนงานวิจัย คณะผู้วิจัยขอน้อมนำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาเป็นแนวทางการดำเนินชีวิตและการปฏิบัติตนสำหรับนิสิตสาขาวิชาพลศึกษาบนพื้นฐานวิถีชีวิตของสังคมไทย โดยปลูกฝังวัฒนธรรมการออมให้นิสิตเห็นคุณค่าของการออม รู้จักการใช้จ่ายในการดำเนินชีวิตอย่างมีสติ พร้อมรับการเปลี่ยนแปลงทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อม ความรู้และเทคโนโลยี นำมาปรับใช้ในการแก้ปัญหาทางวัตถุนิยม สามารถพึ่งพาตนเองได้ เพื่อการดำเนินชีวิตด้วยความไม่ประมาท ดังนั้นคณะผู้วิจัยจึงจัดทำโครงการ “การพัฒนารูปแบบการออมตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงต่อการดำเนินชีวิต” ขึ้น โดยโครงการนี้จะเริ่มทำภายในภาควิชาพลศึกษา เพื่อให้ นิสิตตระหนักถึงคุณค่าของการออมทรัพย์ ปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตที่สอดคล้องกับปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง และดำเนินชีวิตที่พร้อมต่อกระแสพัฒนาเศรษฐกิจในยุคโลกาภิวัตน์ได้ และนำไปขยายผลต่อ โดยนำโครงการต้นแบบนี้ไปจัดทำที่โรงเรียน ถ่ายทอดกระบวนการสร้างต้นแบบการออมสู่นักเรียนต่อไป

การดำเนินงานและผลงานที่ได้รับจากการวิจัย (โดยสังเขป) พร้อมภาพประกอบ

การดำเนินงาน

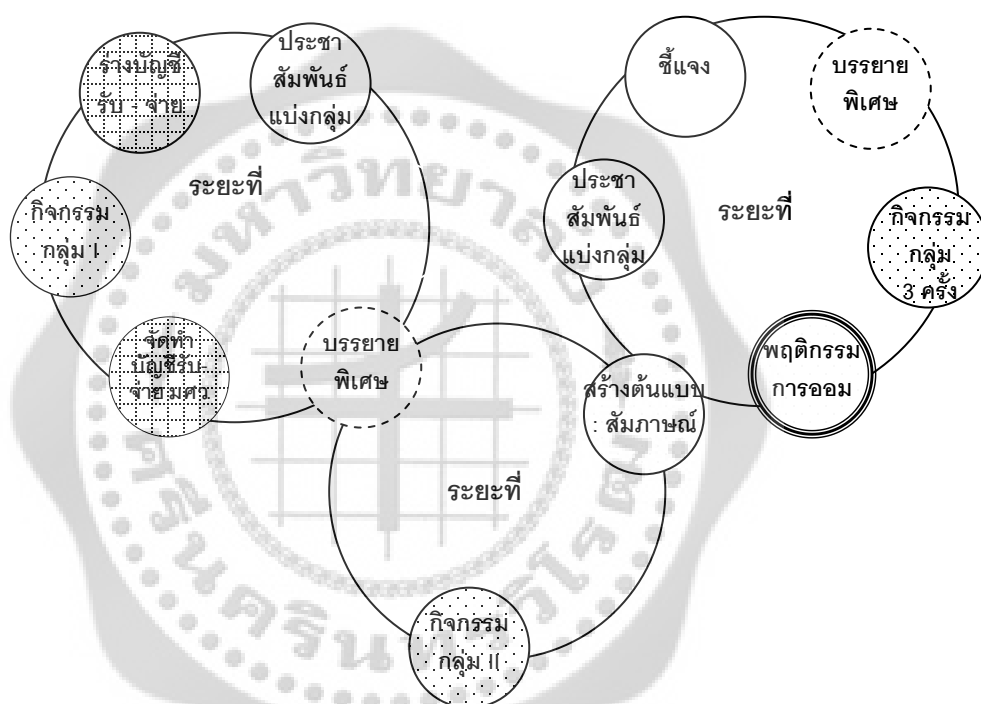
ขั้นตอนในการดำเนินการวิจัยแบ่งเป็น 3 ระยะ เป็นเวลา 10 เดือน ระหว่างเดือนกันยายน 2553 ถึงเดือนกรกฎาคม 2554 ดังตาราง 1

ตาราง 1 ขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย

สัปดาห์	การดำเนินการวิจัย	นาที
ระยะที่ 1 การสร้างความตระหนักรู้ต่อการออม		
เริ่มต้น	การเตรียมการกลุ่มเป้าหมายหลัก (X_1)	
	1. ประชาสัมพันธ์โครงการ จัดแบ่งนิสิต 222 คน เป็นกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน 21 กลุ่มๆ ละ 9 - 15 คน และเลือกนิสิตแกนนำกลุ่มละ 2 คน รวม 42 คน	30
	2. ประชุมชี้แจงนิสิตแกนนำ 42 คนผู้วิจัยชี้แจงโครงการและบทบาทการเป็นแกนนำ ในการกระตุ้นการแลกเปลี่ยนประสบการณ์การใช้จ่ายในชีวิตประจำวันของ สมาชิกแจกและรวบรวมแบบบันทึกรายรับ-รายจ่ายแบบสอบถาม	20
4	นิสิตแกนนำให้สมาชิกกลุ่มตอบแบบสอบถามก่อนการทดลอง (O_1 : pretest) และ แจกแบบบันทึกรายรับ-รายจ่าย 1 สัปดาห์ให้สมาชิกกลุ่มบันทึก (R_1)	15
5	นิสิตแกนนำประชุมระดมสมอง (X_2)	45
	1. นำเสนอและสรุปผลการติดตามพฤติกรรมการใช้จ่ายในชีวิตประจำวันของ สมาชิก สมาชิกกลุ่มจากแบบบันทึกรายรับ-รายจ่าย 1 สัปดาห์	
	2. ร่วมกันจัดหมวดหมู่รายการรับ-จ่าย และร่างบัญชีรายรับ - รายจ่าย แจกบันทึกบัญชีรายรับ-จ่ายฉบับร่าง ให้สมาชิกทดลองบันทึก 1 สัปดาห์ (R_2)	
6	กิจกรรมกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน ครั้งที่ 1 (X_3) : สมาชิกกลุ่มแลกเปลี่ยนประสบการณ์การ ใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน (1 สัปดาห์)	30
	นิสิตแกนนำปรับแก้บัญชีรายรับ-รายจ่าย และจัดทำ “ บัญชีรับ-จ่าย มศว. พอเพียง ” พร้อมโลโก้ (X_4)	
	นิสิตแกนนำแจก “ บัญชีรับ-จ่าย มศว. พอเพียง ” ให้สมาชิกกลุ่มบันทึก 1 สัปดาห์ (R_X)	

	บรรยายพิเศษสำหรับนิสิตตัวอย่าง (X_5)	4
7	1. วิทยาการมูลนิธิตายมกัฒมาจลบรรยาย “การอมทรัพย์ : ปรัญญาเศรษฐกิจพอเพียง” ชม. 2. วิทยาการชี้เแนะการอดคบทเรียนการอมจาก “ บัญชีรับ-จ่าย มศว. พอเพียง ” 1 สัปดาห์ ที่ผ่านมา 3. นิสิตตัวอย่างแลกเปลียนประสบการณการอมทรัพย์กับวิทยาการ นิสิตแกนนำแจก “ บัญชีรับ-จ่าย มศว. พอเพียง ” ให้นิสิตตัวอย่างบันทึก 2 สัปดาห์ (R_x)	
ระยะที่ 2 การสร้างต้นแบบการอม		
	กิจกรรมกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน ครั้งที่ 2 (X_3)	30
9	1. กระตุ้นและติดตามการใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน (2 สัปดาห์) ของสมาชิกกลุ่ม 2. นิสิตแกนนำแจก “บัญชีรับ-จ่าย มศว. พอเพียง” ให้สมาชิกกลุ่มบันทึก 2 สัปดาห์ (R_x)	
นิสิตแกนนำประชุมระดมสมอง : สร้างต้นแบบการอม (X_6)		
11	1. นิสิตแกนนำแต่ละกลุ่มอดคบทเรียนการอมจาก “ บัญชีรับ-จ่าย มศว. พอเพียง ” (5 สัปดาห์) 2. นิสิตแกนนำร่วมกันสรุปต้นแบบการอมของนิสิต 3. คัดเลือกและสัมภาษณ์นิสิตที่มีคุณสมบัติเป็นตัวอย่างความสำเร็จของการอม นิสิตตัวอย่างตอบแบบสอบถามหลังการทดลอง (O_2 : posttest)	45
ระยะที่ 3 การเผยแพร่ต้นแบบการอม		
เริ่มต้น	การเตรียมการกลุ่มเป้าหมายรอง (X_7)	
	1. ประสานงานกับผู้อำนวยการและคณะทำงาน โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ วางแผนดำเนินงานและประชาสัมพันธ์โครงการ จัดแบ่ง นักเรียนเป็นกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน 10 กลุ่มๆละประมาณ 10 คน และเลือกนักเรียน แกนนำกลุ่มๆละ 2 คน รวม 20 คน 2. ประชุมชี้แจงนักเรียนแกนนำ นิสิตแกนนำ 8 คนชี้แจงโครงการและบทบาทการ เป็นนักเรียนแกนนำในการแลกเปลียนประสบการณการใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน ของสมาชิกกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน	30
2	นักเรียนแกนนำให้สมาชิกกลุ่มตอบแบบสอบถาม (O_1 : pretest) และแจก “ บัญชี รับ-จ่าย มศว. พอเพียง ” 1 สัปดาห์ให้สมาชิกกลุ่มบันทึก (R'_x) และเก็บรวบรวม	

3	นิสิตแกนนำประสานการบรรยายเรื่อง “การออมทรัพย์ : ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ” 3 ชม. โดยวิทยากรจากมูลนิธิสยามกัมมาจล และแลกเปลี่ยนประสบการณ์การออมทรัพย์ กับวิทยากร (X'_3)	
3-6	นักเรียนตัวอย่างบันทึก “ บัญชีรับ-จ่าย มศว. พอเพียง ” ทุกสัปดาห์ 4 ครั้ง (R'_X)	4สป.
4,5,6	จัดกิจกรรมกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน : สมาชิกแลกเปลี่ยนประสบการณ์การใช้จ่ายในชีวิต ประจำวัน ทุกสัปดาห์ 3 ครั้ง (X'_3)	30
7	นักเรียนสมาชิกกลุ่มตอบแบบสอบถามหลังการทดลอง (O'_2 : posttest)	15



ภาพประกอบ 1 วิธีดำเนินการวิจัย

ผลงานที่ได้รับจากการวิจัย

1. การพัฒนารูปแบบการออมตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงในการศึกษาคณะนี้ นิสิตแกนนำแต่ละกลุ่มได้ออคมทเรียนการออมจากกิจกรรมกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน และจากบัญชีรับ-จ่าย มศว.พอเพียง (5 สัปดาห์) ประเด็นสำคัญของการออคมทเรียน คือ อย่างมองข้ามสิ่งเล็กน้อยๆ ในชีวิตประจำวัน และสรุปคึกา “มศว.พอเพียง” 9 ข้อ เป็นรูปแบบการออมในการออคมทเรียนการออมครั้งนี้ คือ 1) คิดก่อนจ่าย 2) Mix & Match เก้ สวยไม่ซ้ำใคร 3) Just say No เป็นเกราะป้องกันตนเอง 4) เดิน เดิน เดิน ได้เสียเหงื่อพอๆ กับเสียเงินเข้าฟิตเนส 5) ชอบเหมือนกันแบ่งปันกันจะได้

มากกว่าที่คิด 6) ของฟรีที่ห้องสมุด อพเทพล่งใหม่ล่าสุดฟรีจากอินเทอร์เน็ต 7) พกพาน้ำดื่มใส่ขวดไม่ต้องซื้อหา 8) ลด ละ เลิกการใช้จ่ายฟุ่มเฟือย 9) เงินคงเหลือฝากธนาคาร

2. กำหนดประเด็นการเผยแพร่ต้นแบบการออมสู่นักเรียน นิสิตแก่นำเผยแพร่ต้นแบบการออมสู่นักเรียนด้วยประเด็นคำถาม “ทุกวันนี้ไม่ว่าทำอะไรต้องใช้เงิน เงินได้เป็นปัจจัยสำคัญต่อการดำเนินชีวิต เคยสงสัยไหมว่า เงินถูกใช้ไปกับอะไร ” และข้อคิด 6 ข้อ ได้แก่ 1) การออมเพิ่มความมั่นคงแก่ชีวิต ช่วยชีวิตให้พ้นวิกฤติ 2) เงินออมเล็กน้อย ๆ คือ เงินก้อนใหญ่ในวันสิ้นปี 3) การใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน ควรจดทุกรายการและจดให้ครบถ้วน “อย่าเพิ่งเบื่อหน่าย 4) บัญชีรับ - จ่าย เป็นเครื่องชี้้นำการ เรียนรู้ได้อย่างพอเพียง 5) การทำบัญชีรับ-จ่ายจะช่วยเตือนสติ สะท้อนแนวโน้มการใช้จ่ายเงิน 6) หากวันนี้ได้ลองบันทึก พฤติกรรมการใช้จ่ายจะมีแนวโน้มสู่การออมและนำไปสู่วินัยในการบริหารเงิน

3. การพัฒนารูปแบบการออมตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงต่อการเห็นคุณค่าในตัวเอง เจตคติต่อการออม พฤติกรรมการออม และค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน เปรียบเทียบภายในกลุ่มนิสิต ตัวอย่าง และภายในกลุ่มนักเรียนตัวอย่างในสัปดาห์ที่ 1 ในสัปดาห์ที่ 5 โดยสังเขป ดังนี้

3.1 การเห็นคุณค่าในตัวเอง เจตคติต่อการออม และพฤติกรรมการออม

ตาราง 2 จำนวน (ร้อยละ) ของกลุ่มนิสิต 156 คน กับกลุ่มนักเรียน 125 คนจำแนกตามความคิดเห็น ก่อนและหลังการทดลอง

การออมในชีวิตประจำวัน	กลุ่มนิสิต		กลุ่มนักเรียน	
	สัปดาห์ที่ 1	สัปดาห์ที่ 5	สัปดาห์ที่ 1	สัปดาห์ที่ 5
การเห็นคุณค่าในตนเอง				
ระดับต่ำ	45 (28.85)	15 (9.62)	16 (12.80)	11 (8.80)
ระดับสูง	111 (71.15)	141 (90.38)	109 (87.2)	114 (91.20)
$\bar{x} \pm s$	0.76 ± 0.43	0.85 ± 0.36	0.84 ± 0.23	0.87 ± 0.17
t(p)	2.01* (0.24)		0.56 (0.578)	
เจตคติต่อการออม				
ทางบวก	153 (98.08)	156 (100.00)	12 (9.60)	114 (91.20)
ทางลบ	3 (1.92)	0	12 (9.60)	11 (8.80)
$\bar{x} \pm s$	3.65 ± 1.29	3.77 ± 1.12	2.06 ± 1.03	3.70 ± 1.37
t(p)	2.20* (0.018)		6.06* (<0.001)	
พฤติกรรมการออม				
ระดับควรปรับปรุง	3 (4.68)	0	8 (6.40)	10 (8.00)

ระดับพอใช้	110 (70.51)	67 (42.95)	93 (74.40)	87 (69.60)
ระดับสูง	43 (27.56)	89 (57.05)	24 (19.20)	28 (22.40)
$\bar{x} \pm s$	0.62 $\pm$ 0.86	0.89 $\pm$ 0.33	0.44 $\pm$ 0.35	0.51 $\pm$ 0.33
t(p)	4.64* (0.001)		1.60 (0.056)	

นิสิตตัวอย่างและนักเรียนตัวอย่างมีเจตคติต่อการออม หลังการทดลองดีกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ทั้งนี้เนื่องจากการบรรยาย “การออมทรัพย์ : ประชญาเศรษฐกิจพอเพียง” และแลกเปลี่ยนประสบการณ์การออมกับวิทยากรจากมูลนิธิสยามกัมมาจล กิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อน ตลอดจนการการบันทึกบัญชีรับ-จ่าย เป็นกระจกสะท้อนให้รู้จักตนเองเมื่อเห็นพฤติกรรมการใช้จ่ายทางการเงิน เป็นประสบการณ์การเรียนรู้และช่วยจัดระเบียบสภาวะความพร้อมทางความคิดและความรู้สึกที่มีต่อการออมซึ่งเป็นมิติของการสื่อสารภายในบุคคล กระตุ้นให้นิสิตตัวอย่างและนักเรียนตัวอย่างเกิดเจตคติต่อการออม เตรียมความพร้อมที่จะตอบสนองต่อภาวะเศรษฐกิจปัจจุบัน (Roger, 1978 : 208-209 , Rokeach , 1970 : 112 , Allport , 1985 : 810) โดยเฉพาะอย่างยิ่งนักเรียนตัวอย่างมีเจตคติต่อการออมทางบวกเพิ่มมากขึ้นจากร้อยละ 9.60 ในสัปดาห์ที่ 1 เป็นร้อยละ 91.20 ในสัปดาห์ที่ 5

นิสิตตัวอย่างเห็นคุณค่าในตัวเองในสัปดาห์ที่ 5 ดีกว่าในสัปดาห์ที่ 1 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05 แต่นักเรียนตัวอย่างเห็นคุณค่าในตัวเองในสัปดาห์ที่ 5 และ 1 ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ทั้งนี้เนื่องจากกิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อนในกลุ่มนิสิตตัวอย่าง นอกจากการแลกเปลี่ยนประสบการณ์การใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน การตรวจสอบพฤติกรรมและสะท้อนพฤติกรรมการใช้จ่ายเงินซึ่งกันและกันแล้ว นิสิตตัวอย่างได้เห็นคุณค่าในตัวเองจากความสำเร็จของรูปเล่ม “บัญชีรับ-จ่าย มศว.พอเพียง” ซึ่งทุกคนมีส่วนร่วมในการจัดทำผ่านการแลกเปลี่ยนและแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการบันทึกค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวันตั้งแต่เริ่มต้นการวิจัยและขณะทำกิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อน โดยเกณณานิสิตได้สรุปและนำเสนอในการประชุมเกณนำ และบรรจุความคิดเห็นทั้งหมด ได้แก่ ขอบเขตคำสำคัญ กติกา และข้อคิดลงใน “บัญชีรับ-จ่าย มศว.พอเพียง” ส่วนกิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อนในกลุ่มนักเรียนตัวอย่างเป็นกิจกรรมแลกเปลี่ยนประสบการณ์การใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน กลุ่มเพื่อนช่วยตรวจสอบพฤติกรรมและสะท้อนพฤติกรรมการใช้จ่ายเงินซึ่งกันและกัน รักษาระดับการเห็นคุณค่าในตัวเองได้ และอาจเนื่องจากนักเรียนตัวอย่างมีฐานการเห็นคุณค่าในตัวเองในระดับสูง

นิสิตตัวอย่างมีพฤติกรรมการออมในสัปดาห์ที่ 5 ดีกว่าในสัปดาห์ที่ 1 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05 แต่นักเรียนตัวอย่างมีพฤติกรรมการออมในสัปดาห์ที่ 5 และ 1 ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05 ทั้งนี้เนื่องจากการออมเป็นวิถีแห่งการเรียนรู้การดำเนินชีวิตอย่าง

พอประมาณ มีเหตุผล นิสิตตัวอย่างมีวุฒิภาวะ และนิสิตตัวอย่างได้รับเงินจากผู้ปกครองเป็นรายเดือน ส่งผลให้นิสิตตัวอย่าง รู้จักใช้จ่ายอย่างประหยัด ควบคุมการใช้จ่ายเพื่อการบริโภคอย่างรอบคอบ ใช้จ่ายเงินเป็นและเหมาะสม ส่วนนักเรียนตัวอย่างการใช้จ่ายในชีวิตประจำวันผู้ปกครองเป็นผู้จัดหา พฤติกรรมการออมของนักเรียนตัวอย่างจึงไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

3.2 ค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน

ตาราง 3 เปรียบเทียบค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวันจำนวน 5 สัปดาห์ของกลุ่มนิสิต 156 คน กับกลุ่มนักเรียน 125 คน

หมวดการศึกษา	กลุ่มนิสิต		กลุ่มนักเรียน	
	F (p)	Pairedwise	F (p)	Pairedwise
ค่าวัสดุ อุปกรณ์ เครื่องเขียน	0.451 (0.772)	NS	2.996* (0.021)	1>2,1>3,1>4,1>5
ค่าเอกสาร ตำรา	3.220* (0.013)	1>2,1>3,1>4,1>5	1.317 (0.268)	NS
ค่ากิจกรรมพิเศษ	0.696 (0.595)	NS	1.180 (0.323)	NS
เสื้อผ้า	1.487 (0.205)	NS	1.564(0.188)	NS
เครื่องสำอาง	1.640(0.163)	NS	0.888(0.473)	NS
ตัด ดัด ย้อมผม	1.949(0.102)	NS	0.763(0.551)	NS
ดูหนัง ฟังเพลง	0.844 (0.498)	NS	1.000 (0.410)	NS
เลี้ยงสังสรรค์	0.947 (0.437)	NS	1.000 (0.410)	NS
ของขวัญ	0.646 (0.630)	NS	1.295 (0.513)	NS
อาหารหลัก	0.100 (0.982)	NS	0.732 (0.572)	NS
อาหารว่าง	1.202 (0.309)	NS	0.356 (0.839)	NS
เครื่องดื่มทั่วไป	1.882 (0.113)	NS	1.922 (0.111)	NS
แอลกอฮอล์	0.630 (0.641)	NS	-	NS
บุหรี่	0.816 (0.516)	NS	-	NS
ของใช้ประจำวัน	0.319 (0.865)	NS	1.276 (0.283)	NS
โทรศัพท์มือถือ	2.336 (0.055)	NS	1.871(0.120)	NS
ค่าโดยสารรถ	0.235 (0.919)	NS	0.391 (0.815)	NS
ยา เวชภัณฑ์	1.700 (0.149)	NS	1.577 (0.541)	NS
หนังสืออ่านเล่น	0.416 (0.797)	NS	1.450 (0.222)	NS

ผลการเปรียบเทียบค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวันภายในกลุ่มนิสิตตัวอย่าง และภายในกลุ่มนักเรียนตัวอย่าง ในสัปดาห์ที่ 1 – 5 พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05 เพียงรายการเดียวในหมวดการศึกษา กล่าวคือ ค่าเอกสาร/ตำราในกลุ่มนิสิตตัวอย่าง ผลการทดสอบความแตกต่างพบว่าค่าใช้จ่ายในสัปดาห์ที่ 1 มากกว่าในสัปดาห์ที่ 2 , 3 , 4 , 5 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และค่าวัสดุ อุปกรณ์ เครื่องเขียนภายในกลุ่มนักเรียนตัวอย่าง ผลการทดสอบความแตกต่างพบว่าค่าใช้จ่ายในสัปดาห์ที่ 1 มากกว่าในสัปดาห์ที่ 3 , 4 , 5 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05 ทั้งนี้เนื่องจากในสัปดาห์ที่ 1 ของนิสิตตัวอย่าง คือ ช่วงเปิดภาคเรียนที่ 2 ส่วนสัปดาห์ที่ 1 ของนักเรียนตัวอย่าง คือ ช่วงเปิดภาคเรียนที่ 1 ซึ่งมีค่าใช้จ่ายในหมวดการศึกษา พบว่าค่าใช้จ่ายในหมวดการศึกษาของนิสิตตัวอย่างเป็นค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับเอกสาร/ตำรา โดยเฉพาะเอกสารรายวิชาในวันเปิดเทอม ส่วนค่าใช้จ่ายในหมวดการศึกษาของนักเรียนตัวอย่างเป็นค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับวัสดุ/อุปกรณ์/เครื่องเขียน ซึ่งมีราคาแตกต่างกัน สำหรับค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับเอกสาร/ตำราของนักเรียนตัวอย่างเป็นความรับผิดชอบของผู้ปกครอง

ผลการเปรียบเทียบค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวันอื่นๆภายในกลุ่มนิสิตตัวอย่าง และภายในกลุ่มนักเรียนตัวอย่าง ในสัปดาห์ที่ 1 – 5 ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05 ทั้งนี้เนื่องจากค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวันในการศึกษาคครั้งนี้ประกอบด้วยค่าใช้จ่ายจำเป็น เป็นค่าใช้จ่ายที่รักษาระดับความเป็นอยู่ให้ดำเนินไปในแต่ละวัน และค่าใช้จ่ายไม่จำเป็นซึ่งกลุ่มตัวอย่างที่มีค่าใช้จ่ายดังกล่าวเป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนน้อย ค่าใช้จ่ายรายการเหล่านี้จึงไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

การนำผลงานวิจัยไปประยุกต์ใช้

1. การบันทึกบัญชีรับ-จ่ายเป็นเครื่องมือสำหรับเตือนสติและควบคุมการใช้จ่ายเงินอย่างระมัดระวัง รอบคอบ การนำข้อมูลที่จดบันทึกมาพิจารณาครายจ่ายที่ไม่จำเป็นเพื่อให้เกิดความพอดีและเก็บออมส่วนที่เหลือ เมื่อเห็นพฤติกรรมการใช้จ่ายทางการเงิน ทำให้เกิดจิตสำนึก มีเหตุผลในการใช้จ่ายเงินมากขึ้น เป็นกระจจสะท้อนให้รู้จักตนเอง การรู้จักตนเองและปรับเปลี่ยนพฤติกรรม มีพฤติกรรมการใช้จ่ายเงินที่เหมาะสม จึงเป็นพัฒนาการทางการเงินและการสร้างวินัยทางการเงิน

2. กิจกรรมกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อนและการบันทึกบัญชีรับ-จ่าย เป็นกิจกรรมที่สมาชิกกลุ่มมีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์การใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน สมาชิกกลุ่มช่วยตรวจสอบและสะท้อนให้รู้จักตนเองเมื่อเห็นพฤติกรรมการใช้จ่ายทางการเงิน เป็นประสบการณ์การเรียนรู้และช่วยจัดระเบียบสภาวะความพร้อมทางความคิดและความรู้สึกที่มีต่อการออม กระตุ้นให้เตรียมความพร้อมที่จะ

ตอบสนองต่อภาวะเศรษฐกิจปัจจุบัน ตลอดจนความต่อเนื่องของกิจกรรมทำให้สมาชิกกลุ่มได้รับรู้คุณค่าในตัวเองจากความสำเร็จของกิจกรรมซึ่งทุกคนมีส่วนร่วม

3. จัดโครงการอาหารกลางวัน 100% ให้นักเรียนได้รับประทานอาหารสุภาพราคาถูก หรือควบคุมอาหารร้านค้าในโรงเรียนจำหน่ายอาหารสุภาพ ลดค่าใช้จ่ายอาหารว่าง/ของขบเคี้ยว ผลงานวิจัย/ผลผลิต สิ่งประดิษฐ์ นวัตกรรม หรืออื่น ๆ ที่ได้จากการทำวิจัย และมี Impact ต่อสังคม, ประเทศชาติได้รับประโยชน์อะไร

การออมเป็นวิถีแห่งการเรียนรู้การดำเนินชีวิตอย่างพอประมาณ มีเหตุผลตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง เป็นทักษะชีวิตที่สำคัญ ส่งผลให้เยาวชนมีวินัยทางการเงิน รู้จักใช้จ่ายอย่างชาญฉลาด ประหยัด ควบคุมการใช้จ่ายเพื่อการบริโภคอย่างรอบคอบและสมเหตุสมผล ใช้จ่ายเงินเป็น และเหมาะสมกับการดำรงชีวิตของตนเอง

ปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้นจากการทำวิจัย

การจัดกิจกรรมกลุ่มหลังเลิกเรียนตอนเย็น เป็นเวลาที่นิต/นักเรียนบางคนต้องรีบกลับบ้าน/ผู้ปกครองมารับ ต้องเรียนพิเศษ/เรียนชดเชย การจัดกิจกรรมกลุ่มตอนพักเที่ยง เป็นเวลาที่รีบเร่งเกินไป ทำให้กลุ่มตัวอย่างขาดหายไปขณะทำกิจกรรมกลุ่ม

ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะ

บูรณาการการจัดกิจกรรมกลุ่มในรายวิชาที่เกี่ยวข้อง หรือชั่วโมงกิจกรรมชมรม

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

การทดลองให้นักเรียนรับผิดชอบค่าใช้จ่ายด้วยตนเอง มีการวางแผนและบริหารการเงิน เพื่อพัฒนาความรู้ ความคิด และการค้นพบการดำเนินชีวิตอย่างพอประมาณตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

งานวิจัยที่คาดว่าจะดำเนินการต่อไป

การทดลองให้นักเรียนรับผิดชอบค่าใช้จ่าย มีการวางแผนและบริหารการเงินเพื่อพัฒนาความรู้ ความคิด และการค้นพบการดำเนินชีวิตอย่างพอประมาณตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

คณะผู้ทำวิจัย

1.ชื่อสกุล นางสาว กมลมาลย์ วิรัตน์เศรษฐสิน หัวหน้าโครงการวิจัยผู้รับทุน

สังกัด คณะ พลศึกษา มหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ
ที่ตั้ง 114 สุขุมวิท 23 แขวงคลองเตยเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพฯ
โทรศัพท์ที่ทำงาน 02-6495158 โทรสาร 02-2041498
อีเมลล์ KMM_SWU@HOTMAIL.COM

2. ชื่อสกุล นางสาว ธาดา วัฒนวิตรเวท

สังกัด คณะ พลศึกษา มหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ
ที่ตั้ง 114 สุขุมวิท 23 แขวงคลองเตยเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพฯ
โทรศัพท์ที่ทำงาน 02-6495158 โทรสาร 02-2041498
อีเมลล์ THADA@SWU.AC.TH

ทุนสนับสนุน

ได้รับทุนสนับสนุนจากเงินงบประมาณ เงินรายได้มหาวิทยาลัย (เงินรายได้บัณฑิตวิทยาลัย)

ประจำปีงบประมาณ 2553

เริ่มงานวิจัย ปี 2553

สิ้นสุดงานวิจัย ปี 2554