

การพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างเป็นองค์รวม ตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

Holistic Development of the Quality of Life According to Sufficiency Economy Philosophy

วิเศษ แสงกาญจนวนิช

Wiset Sangkanjanavanich

หลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาปรัชญาและจริยศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา

Doctor of Philosophy Program in Philosophy and Ethics, Suan Sunandha Rajabhat University

Email: metha.ang@gmail.com

Received June 22, 2023; Revised July 31, 2023; Accepted September 3, 2023

บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างเป็นองค์รวม 2) เพื่อศึกษาหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง และ 3) เพื่อวิเคราะห์การพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างเป็นองค์รวมตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง รูปแบบการวิจัยเป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยวิเคราะห์เนื้อหาหรือเอกสารแล้วเขียนบรรยายเชิงพรรณนา ผลการวิจัยพบว่า 1. การพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างเป็นองค์รวมเป็นการพัฒนาพฤติกรรมและความประพฤติทางกาย เพื่อให้รู้และเข้าใจในการดำเนินชีวิตอย่างรู้เท่าทันสังคม เป็นการสร้างสรรค์ชีวิตให้มีความสุข มีความเข้าใจในคุณธรรมและการดำเนินชีวิตที่ดี มีความมั่นคงทางจิตใจ ไม่อ่อนไหวตามการเปลี่ยนแปลงของโลก มีความรู้และสติปัญญาเพื่อเข้าใจชีวิต เข้าใจปัญหาและวิธีการแก้ไข ศึกษาแลกเปลี่ยนระหว่างเพื่อนมนุษย์ ยอมรับในความแตกต่างหลากหลาย เพื่อนำมาพัฒนาตนเองและสังคมให้ดียิ่งๆ ขึ้นไป 2. หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง คือ ทางสายกลางที่สามารถแก้ปัญหาและพัฒนาได้อย่างเป็นองค์รวม ประกอบด้วย 3 ห่วง ได้แก่ ความพอประมาณ ความมีเหตุมีผล และการมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี ส่วน 2 เงื่อนไข ได้แก่ เงื่อนไขความรู้รอบรู้ และเงื่อนไขคุณธรรม 3. วิเคราะห์การพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างเป็นองค์รวมตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง พบว่า เป็นการพัฒนาคุณภาพชีวิตเพื่อให้เกิดความสมดุล มั่นคง และยั่งยืน พร้อมรับต่อการเปลี่ยนแปลง มีภูมิคุ้มกัน 4 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกายและวัตถุ ด้านสังคม ด้านสิ่งแวดล้อม และด้านวัฒนธรรม องค์ความรู้ข้อค้นพบจากงานวิจัยนี้ เกิดจากการตีความนิยามปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงให้มีความหมายในเชิงของการแบ่งปัน โดยการแบ่งปันที่เกิดขึ้นจะเป็นลักษณะ

ของการคิดเกี่ยวเนื่องซึ่งกันและกัน เป็นลักษณะของการแสดงออกซึ่งน้ำใจที่ปรารถนาให้แต่ละฝ่ายเกิดการพึ่งพาตนเองได้อย่างยั่งยืน

คำสำคัญ: เศรษฐกิจพอเพียง; หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง; คุณภาพชีวิต; การพัฒนาคุณภาพชีวิต; องค์กรรวม

Abstract

This research aimed to: 1) study the concept of holistic life development, which includes developing behaviors and physical conduct to understand and adapt to societal norms, fostering creativity and happiness in life, understanding ethics and living a good life, maintaining emotional stability despite global changes, acquiring knowledge and wisdom to comprehend life and its problems, engaging in human interactions to accept diversity, and utilizing these experiences to improve oneself and society; 2) explore the principles of a self-sufficient economy: The middle path that can solve problems and develop as a whole comprises three interconnected factors: moderation, cause and effect, and self-immunity in a positive manner. The two conditions for this are knowledge and ethics; and 3) analyze the holistic development of life based on the principles of a self-sufficient economy: This involves developing a balanced, stable, and sustainable life while being open to change. It includes having immunity in four dimensions: physical and material, social, environmental, and cultural. The knowledge and insights gained from this research arise from interpreting the philosophy of self-sufficiency to encourage sharing through mutual understanding and empathy, with a sustainable sense of interdependence among individuals and groups.

Keywords: Sufficiency Economy; Sufficiency Economy Philosophy; Quality of Life; Development of the Quality of Life; Holistic

บทนำ

คุณภาพชีวิตเป็นตัวชี้วัดที่สำคัญของการอยู่ดีมีสุขของประชากร (ปัทมา ฝั่งศิริ และคณะ, 2561) Power, Bullinger and WHOQOL Group (2002) อ้างถึงใน “เครื่องชี้วัดคุณภาพชีวิตขององค์การอนามัยโลกชุดย่อ ฉบับภาษาไทย (WHOQOL – BREF – THAI)” ได้พัฒนาเครื่องมือวัดคุณภาพชีวิตด้วยการทบทวนแนวคิดของคุณภาพชีวิต และศึกษาเชิงคุณภาพเพื่อกำหนดองค์ประกอบคุณภาพชีวิต ซึ่งเครื่องมือดังกล่าวนี้ประกอบด้วยคำถาม 2 ชนิด คือ แบบภาวะวิสัย (Perceived objective) และอัตวิสัย

(self-report subjective) จะประกอบด้วยองค์ประกอบของคุณภาพชีวิต 4 ด้าน คือ 1) ด้านร่างกาย (physical domain) 2) ด้านจิตใจ (psychological domain) 3) ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม (social relationships) และ 4) ด้านสิ่งแวดล้อม (environment) คือ การรับรู้เกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อการดำเนินชีวิต (ชุมพร ฉ่ำแสง, 2555)

ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเป็นปรัชญาจริยะ เป้าหมายสำคัญของปรัชญาจริยะ ได้แก่ “เราจะมีชีวิตที่ดีได้อย่างไร” (How to live well) แม้ว่าชีวิตที่พอเพียงจะเริ่มต้นจากใจที่รู้จักพอในเชิงปัจเจกชน แต่ก็ยังเป็นเพียงระดับพื้นฐานที่ต้องการสร้างความเข้มแข็งหรือภูมิคุ้มกันในระดับบุคคลทั้งภายในและภายนอก สามารถพึ่งพาตนเองได้ ไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น ส่วนความพอเพียงในระดับก้าวหน้า นั้นส่งเสริมให้บุคคลรู้จักแบ่งปันบนพื้นฐานความรอบรู้และคุณธรรม โดยเชื่อว่า สิ่งนี้จะนำมาซึ่งความรักสามัคคีของคนในชาติ เกิดเครือข่ายการแบ่งปันที่สร้างความสมดุล มั่นคง และยั่งยืน ให้กับตนเอง ครอบครัว ชุมชน สังคม และประเทศชาติได้ (เมธา หริมเทพาธิป และ รวิช ตาแก้ว, 2566)

การพัฒนาคุณภาพชีวิตเป็นไปเพื่อการมีชีวิตที่ดีขึ้น การจะมีชีวิตที่ดีอย่างรอบด้านจำเป็นต้องมีการพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างเป็นองค์รวม การเกิดพัฒนาส่วนต่าง ๆ ครอบคลุมทั้งส่วนที่เป็นเหตุและเป็นผล ส่วนที่เป็นเหตุคือ ทางแห่งความพ้นทุกข์หรือปัญหาที่เกิดขึ้น เป็นทางแห่งการพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างเป็นองค์รวม 4 ด้าน ได้แก่ 1) การพัฒนาพฤติกรรมทางกายและสิ่งแวดล้อมเพื่อให้เกิดสุขภาวะที่สมดุล 2) การพัฒนาความประพฤติทางกายและวาจาเพื่อให้สังคมเกิดสันติสุข 3) การพัฒนาจิตใจเพื่อให้เกิดสุขภาวะที่มั่นคง มีพลังขับเคลื่อนคุณภาพชีวิตให้พัฒนายิ่งๆ ขึ้นไป 4) การพัฒนาปัญญาให้เข้าใจโลกและชีวิตตามความเป็นจริง สามารถแยกแยะ ประเมินค่าสิ่งต่างๆ และสามารถแก้ปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นได้ ส่วนที่เป็นผล คือ คุณค่าหรือประโยชน์ที่เกิดขึ้นจากการสร้างเหตุได้อย่างสมบูรณ์แล้ว คือได้มีกายที่พัฒนาแล้ว มีความประพฤติที่ได้รับการพัฒนาแล้ว มีจิตใจที่พัฒนาแล้ว และมีปัญญาพัฒนาแล้ว (ศิลา กันยาริยะ, 2565)

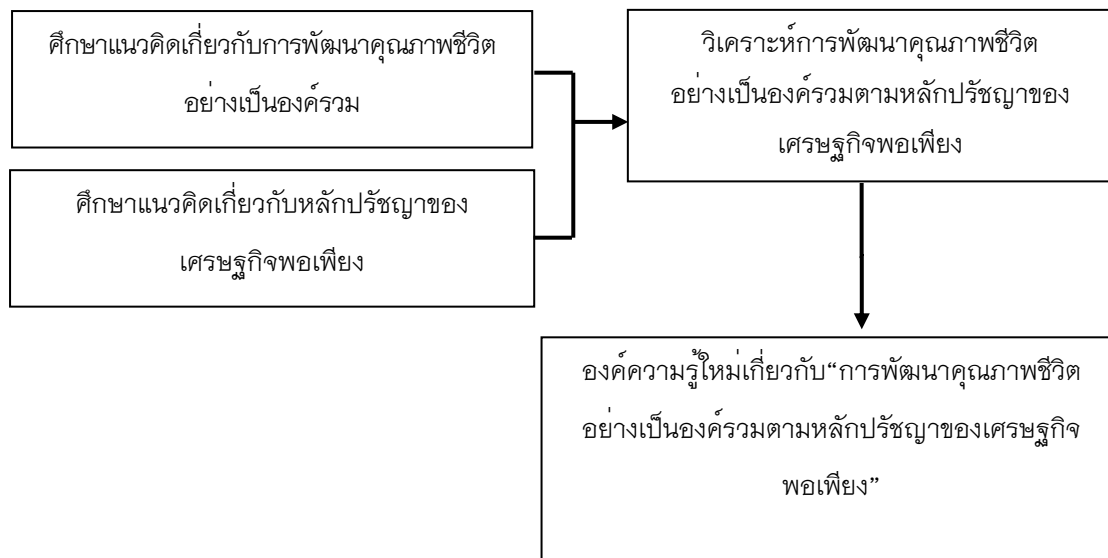
ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาวิเคราะห์ “การพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างเป็นองค์รวมตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง” เพื่อให้ได้องค์ความรู้ใหม่สำหรับนำไปพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างเป็นองค์รวมให้แก่ตนเอง ครอบครัว สังคม ต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างเป็นองค์รวม
2. เพื่อศึกษาหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง
3. เพื่อวิเคราะห์การพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างเป็นองค์รวมตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

กรอบแนวคิดการวิจัย

งานวิจัยฉบับนี้จึงมีกรอบแนวคิดการวิจัยตามแผนภาพดังนี้



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

การทบทวนวรรณกรรม

1. แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างเป็นองค์รวม

Campbell and Schraiber (2013) กล่าวถึงคุณภาพชีวิตครอบคลุม ความสุข ความพอใจและความหวัง เป็นภาวะความเป็นอยู่ที่ดีทั้งของตนเอง (ทั้งด้านร่างกายและจิตใจ) และของสังคม ทั้งนี้ครอบคลุมไปถึง ความปลอดภัย สิทธิและเสรีภาพ ส่วนในทางการแพทย์มองคุณภาพชีวิตว่าหมายถึง สภาพร่างกาย และจิตใจที่มั่นคงแข็งแรง มีความพอใจ สุขใจ สุขกาย และมีความสงบ ทั้งนี้คุณภาพชีวิตจะถูกคุกคามด้วยโรคและภาวะผิดปกติต่าง ๆ ของร่างกายและจิตใจ ในขณะที่ วินัส ธรรม-สาโรช (2566) อธิบายว่า การพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างเป็นองค์รวมในยุคชีวิตวิถีใหม่นั้นต้องมีการพัฒนาทางกายเพื่อให้รู้และเข้าใจในการดำเนินชีวิตอย่าง “รู้เท่าทันสังคม” เพื่อเป็นการสร้างสรรค์ชีวิตให้มีความสุข มีการพัฒนาทางด้านกรอบแห่งความประพฤติให้เป็นผู้ที่รู้ และมีความเข้าใจในสิ่งที่ควรประพฤติหรือไม่ควรประพฤติโดยเฉพาะ “บ่มเพาะนิสัย” โดยเฉพาะผู้ที่มีอารมณ์เปลี่ยนแปลงง่าย จึงจำเป็นต้องมีการพัฒนาให้เป็นผู้ที่เข้าใจมีคุณธรรมในการดำเนินชีวิตที่ดี การพัฒนาทางด้านความมั่นคงแห่งจิต ให้เป็นผู้ที่เข้าใจในสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในสังคม ไม่ให้เป็นผู้ที่อ่อนไหวตามการเปลี่ยนแปลงของโลก หรือสังคมที่มีการขับเคลื่อนซึ่งต้องเป็นผู้ที่มีความ “เข้าใจสภาวะจิต” ที่เกิดขึ้นขณะนั้นว่าเกิดอะไร ควรทำอะไร เพื่อไม่ให้เป็นการละเลยผู้อื่น ควรมีการเริ่มต้นที่ด้วยตนเอง และสุดท้ายคือการพัฒนาทางด้านความรู้ หรือปัญญา ทำให้เกิดการศึกษาเพื่อเข้าใจชีวิต แนวทางการป้องกันตนเองให้เข้ากับยุคใหม่นี้ มีการศึกษาแบบแลกเปลี่ยนความรู้เพื่อเป็นการ “สร้างมิตรโดยการเรียนรู้” การเข้าใจชีวิตที่มี

ความแตกต่างกัน แล้วนำมาพัฒนาตนเองให้ดียิ่ง ๆ ขึ้นไป ในขณะที่ วิศิษฐ์ ฤทธิบุญไชย (2561) วางกรอบแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงออกเป็น 7 ด้าน ได้แก่ พัฒนากาย พัฒนาอารมณ์ พัฒนาสังคม พัฒนาทางความคิด พัฒนาทางจิตใจ พัฒนาทางปัญญา พัฒนาทางวินัย

กล่าวโดยสรุป แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างเป็นองค์รวมมาจากมุมมองหลากหลายสาขา เช่น นักเศรษฐศาสตร์ มองว่า หากเศรษฐกิจดีคนย่อมมีคุณภาพชีวิตดี นักสังคมวิทยา มองครอบคลุมหลายประเด็น เช่น สุขภาพ การศึกษา สวัสดิการ สิ่งแวดล้อมทางกายภาพ รายได้ การมีงานทำ ความเสมอภาค เทคโนโลยี ความผูกพันในสังคม เป็นต้น อย่างไรก็ตาม โดยรวมสรุปได้ว่าการพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างเป็นองค์รวมเริ่มต้นจากตนเองในการทำความเข้าใจสภาวะทางกายทั้งในด้านพฤติกรรม (behavior) และความประพฤติ (conduct) ทำความเข้าใจสภาวะทางจิตใจ ตลอดจนสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ เข้าใจชีวิตที่มีความแตกต่างกัน มีการพัฒนาตนเองต่อเนื่อง

2. แนวคิดเกี่ยวกับหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

อภิชัย พันธเสน (2560) ให้ความหมายหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง คือ แนวคิดในการดำเนินชีวิตที่ต้องประกอบด้วยความพอเพียงหรือความพอประมาณ คือ ไม่ฟุ้งเฟ้อ แต่ก็ไม่จำเป็นต้องกระเปียดกระเสียวจนเกิดความเดือดร้อน แต่ที่สำคัญที่สุดก็จะต้องมีเหตุผลแต่เป็น เหตุผลในพุทธธรรมหรือจริยธรรมของทุกศาสนา นั่นคือความไม่โลภจนเกินไป ซื่อสัตย์สุจริต และ ไม่เอารัดเอาเปรียบผู้อื่น ส่วน ปรียานุช พิบูลสรารุช (2549) ให้ความหมายหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง คือ ความพอประมาณ ความมีเหตุผล รวมถึงความจำเป็นที่จะต้องมีระบบภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีพอสมควร ต่อการมีผลกระทบใด ๆ อันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงทั้งภายนอกและภายใน จะต้องอาศัยความรอบรู้ ความรอบคอบ และความระมัดระวัง นอกจากนี้ ปรียานุช พิบูลสรารุช (2551) ยังอธิบายว่า ในการนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงไปใช้ ให้เกิดผลต่อการพัฒนานั้น ต้องเข้าใจ “กรอบแนวคิด” ว่าเป็นปรัชญาที่ชี้แนะแนวทางการดำรงอยู่และปฏิบัติตนในทางที่ควรจะเป็น โดยมีพื้นฐานมาจากวิถีชีวิตดั้งเดิมของสังคมไทย สามารถนำมาประยุกต์ใช้ได้ตลอดเวลาและเป็นการมองโลกเชิงระบบที่มีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา มุ่งเน้นการรอดพ้นจากภัยและวิกฤต เพื่อความมั่นคงและความยั่งยืนของการพัฒนา โดยอาศัยหลัก 3 ห่วง 2 เงื่อนไข ได้แก่ การดำรงชีวิตในความพอดีมีการปฏิบัติตนตามทางสายกลางโดยมีความพอประมาณความมีเหตุผล มีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี ในขณะที่ อับดุลเราะฮ์มาน มูเก็ม และ ดเรศ ออลันดินุตสกุล (2566) กล่าวถึง กระบวนการจัดการตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงผ่านบันได 9 ขั้นสู่ความพอเพียง โดยแบ่งออกเป็น “ขั้นพื้นฐาน” 4 ขั้น คือ 1) พอกิน มีกินเพียงพอ ทั้งข้าว ปลา พืชผัก ได้จากป่า 3 อย่าง ประโยชน์ 4 อย่าง และนาอินทรีย์ 2) พอใช้เครื่องใช้ไม้สอยต่าง ๆ ทำพื้น ทำของใช้ต่าง ๆ ได้จากป่า 3 อย่าง ประโยชน์ 4 อย่าง 3) พออยู่ ปลุกที่อยู่ บ้าน รื้อ ฯลฯ ได้จากป่า 3 อย่าง ประโยชน์ 4 อย่าง 4) พอร่มเย็น ร่มเงาจากต้นไม้ใหญ่ ได้จากป่า 3 อย่าง ประโยชน์ 4 อย่าง

ส่วน “ขั้นก้าวหน้า” อีก 5 ขั้น คือ 5) บุญ เมื่อมีเหลือ จึงนำไปทำบุญในงานบุญต่าง ๆ 6) ทาน บริจาคทานแก่ผู้ยากไร้ ผู้ไม่มีด้วยของที่เรามี 7) เก็บ เป็นรากฐานยามวิกฤติ เช่น เก็บข้าว ในยุ้งฉาง เก็บเมล็ดพันธุ์เพื่อฤดูกาลหน้า ถนอมอาหารไว้กิน 8) ขยาย จากสิ่งที่เราทำเหลือเพื่อมอบสิ่งที่เป็น ประโยชน์ไปต่อยังผู้อื่น และ 9) เครือข่าย หรือการสร้างเครือข่ายเชื่อมโยงทั้งประเทศเพื่อแบ่งปันความรู้ ลงแรงช่วยเหลือกัน

กล่าวโดยสรุป แนวคิดเกี่ยวกับหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงการดำเนินชีวิตที่ต้องประกอบด้วยความพอเพียงหรือความพอประมาณ ใช้หลัก 3 ห่วง 2 เงื่อนไขเป็นหลักในการดำเนินชีวิตเป็นความสามารถในการดำรงชีวิตอย่างเรียบง่ายตามฐานะของตน มีความประหยัดอดออม เป็นการพัฒนาตนเองไปตามลำดับ จากการพอมี พอกิน พอใช้ พอสำรอง แล้วจึงแบ่งปัน

จากการทบทวนวรรณกรรมตามแนวคิดดังกล่าวนี้ ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาวิเคราะห์ให้เห็นมุมมองของการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงที่ก้าวข้ามกรอบทฤษฎีบันได 9 ขั้นไปสู่การแบ่งปันเกื้อกูลในมิติต่าง ๆ ที่สามารถทำให้เกิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างมีส่วนร่วมได้ ซึ่งในประเด็นนี้ถือได้ว่าเป็น “ช่องว่างของความรู้” (knowledge gap) ที่ยังไม่ถูกพิจารณาทั้งที่มีพื้นฐานมาจากวิถีชีวิตดั้งเดิมของสังคมไทย คือ การแสดงน้ำใจเกื้อกูลแก่กันและกัน โดยจะมุ่งเสนอไปที่ระบบความสัมพันธ์ระหว่างการให้และการรับที่เกื้อกูล

ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพโดยการวิเคราะห์เอกสารวิชาการ ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

1) เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ คือ ข้อมูลทุติยภูมิ (Secondary Data) ประกอบด้วยแนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างเป็นองค์รวม และหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง โดยเก็บรวบรวมข้อมูลจากบทความวิจัยที่เกี่ยวข้อง

2) การเก็บรวบรวมข้อมูล

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลจากแหล่งต่าง ๆ แบ่งเป็น 2 ประเภท ได้แก่ (1) ข้อมูลที่เป็นเอกสารออนไลน์ โดยมุ่งเน้นไปที่เอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแนวคิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างเป็นองค์รวม และหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง และ (2) ข้อมูลที่เป็นเอกสารจากหนังสือและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแนวคิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างเป็นองค์รวม และหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

3) การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล จะเป็นการวิเคราะห์เนื้อหา โดยนำข้อมูลที่ได้จากการเก็บข้อมูลมาวิเคราะห์ให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์

4) การสรุปและเสนอแนะ

เกิดจากการสรุปเนื้อหาเพื่อนำไปสู่ข้อเสนอนะเพื่อการวิจัยต่อไป และข้อเสนอนะเพื่อการนำผลการวิจัยไปใช้งาน

ผลการวิจัย

1. ผลการศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างเป็นองค์รวม พบว่า การพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างเป็นองค์รวมเป็นการพัฒนาพฤติกรรมและความประพฤติทางกาย ในส่วนของพฤติกรรมนั้นเป็นไปเพื่อการสร้างทักษะที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตได้อย่างสมดุลและพอดีของแต่ละบุคคล ในส่วนของความประพฤตินั้น เป็นไปเพื่อความเรียบร้อย สงบสุข ของการอยู่ร่วมกันในสังคม ได้แก่ การไม่เบียดเบียนซึ่งกันและกัน การสงเคราะห์เกื้อกูลกัน เป็นต้น นอกจากนี้ยังต้องมีการพัฒนาทางด้านความคิดและทัศนคติที่ตรงกับความเป็นจริง เพื่อให้รู้และเข้าใจในการดำเนินชีวิตอย่างรู้เท่าทันสังคม เป็นการสร้างสรรค์ชีวิตให้มีความสุข มีความเข้าใจในคุณธรรมและการดำเนินชีวิตที่ดี มีความมั่นคงทางจิตใจ ไม่อ่อนไหวตามการเปลี่ยนแปลงของโลก มีความรู้และสติปัญญาเพื่อเข้าใจชีวิต เข้าใจปัญหาและวิธีการแก้ไข ศึกษาแลกเปลี่ยนระหว่างเพื่อนมนุษย์ ยอมรับในความแตกต่างหลากหลายเพื่อนำมาพัฒนาตนเองและสังคมให้ดียิ่ง ๆ ขึ้นไป

2. ผลการศึกษาหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง พบว่า หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง คือ หลักแห่งความสมดุล มั่นคง และยั่งยืน เป็นทางสายกลางที่สามารถแก้ปัญหาและพัฒนาได้อย่างเป็นองค์รวม ทั้งในระดับบุคคล ครอบครัว สังคม และประเทศชาติ ประกอบด้วย 3 ห่วง ได้แก่ ความพอประมาณ ความมีเหตุมีผล และการมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี ส่วน 2 เงื่อนไข ได้แก่ เงื่อนไขความรู้รอบรู้ และเงื่อนไขคุณธรรม

ความพอประมาณ หมายถึง ความพอดีต่อความจำเป็น และเหมาะสมกับฐานะของตนเอง สังคม สิ่งแวดล้อม รวมทั้งวัฒนธรรมในแต่ละท้องถิ่น ไม่มากเกินไป ไม่น้อยเกินไป และต้องไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น

ความมีเหตุผล หมายถึง การตัดสินใจดำเนินการเรื่องต่าง ๆ อย่างมีเหตุผลตามหลักวิชาการ หลักกฎหมาย หลักศีลธรรมจรรยา และวัฒนธรรมที่ดีงาม โดยพิจารณาจากเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ตลอดจนคำนึงถึงผลที่คาดว่าจะเกิดขึ้นจากการกระทำนั้น ๆ อย่างรอบรู้และรอบคอบ

ระบบภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี หมายถึง การเตรียมตัวให้พร้อมรับต่อผลกระทบและการเปลี่ยนแปลงในด้านต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นด้านเศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรม เพื่อให้สามารถปรับตัวและรับมือได้อย่างทันท่วงที

เงื่อนไขสำคัญที่จะทำให้การตัดสินใจ และการกระทำเป็นไปพอเพียง จะต้องอาศัยทั้งคุณธรรมและความรู้ ดังนี้

เงื่อนไขคุณธรรม ที่จะต้องสร้างเสริมให้เป็นพื้นฐานจิตใจของคนในชาติ ประกอบด้วย ด้านจิตใจ คือการตระหนักในคุณธรรม รู้ผิดชอบชั่วดี ซื่อสัตย์สุจริต ใช้สติปัญญาอย่างถูกต้องและเหมาะสมในการดำเนินชีวิต และด้านการกระทำ คือ มีความซื่อสัตย์สุจริต อดทน ไม่โลภ ไม่ตระหนี่ รู้จักแบ่งปัน และรับผิดชอบในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม

เงื่อนไขความรู้ ประกอบด้วย การฝึกฝนให้มีความรอบรู้ (มีปัญญา) รอบคอบ (มีสติ) และ ระมัดระวัง (มีสัมปชัญญะ) เช่น ความรู้ทางวิชาการ ต้องศึกษาให้รอบรู้จากข้อมูลรอบด้าน มีความรอบคอบ ไม่ด่วนตัดสินใจสรุปด้วยอคติหรืออารมณ์ แต่คำนึงถึงข้อเท็จจริง เหตุและผล มีความระมัดระวังในการ นำความรู้ไปใช้ทุกขั้นตอน พิจารณาให้เห็นความเชื่อมโยงเพื่อประกอบการวางแผนและฟการปฏิบัติ

3. ผลการวิเคราะห์การพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างเป็นองค์รวมตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง พบว่า การพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างเป็นองค์รวมตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงเป็น การพัฒนาคุณภาพชีวิตเพื่อให้เกิดความสมดุล มั่นคง และยั่งยืน พร้อมรับการเปลี่ยนแปลง มี ภูมิคุ้มกัน 4 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกายและวัตถุ ด้านสังคม ด้านสิ่งแวดล้อม และด้านวัฒนธรรม

ด้านร่างกายและวัตถุ ได้แก่ การลดรายจ่าย/เพิ่มรายได้/ใช้ชีวิตอย่างพอควร/คิดและวางแผน อย่างรอบคอบ/มีภูมิคุ้มกันไม่เสี่ยงเกินไป/การเฝ้าระวังเลือกสำรอง ส่วนด้านสังคม ได้แก่ การช่วยเหลือ เกื้อกูล/รู้จักสามัคคี/สร้างความเข้มแข็งให้ครอบครัวและชุมชน ส่วนด้านสิ่งแวดล้อม ได้แก่ รู้จักใช้และ จัดการอย่างฉลาดและรอบคอบ/เลือกใช้ทรัพยากรที่มีอยู่อย่างรู้ค่าและเกิดประโยชน์สูงสุด/ฟื้นฟู ทรัพยากรเพื่อให้เกิดความยั่งยืนสูงสุด ส่วนด้านวัฒนธรรม ได้แก่ รักและเห็นคุณค่าในความเป็นไทย เอกลักษณ์ไทย/เห็นประโยชน์และคุณค่าของภูมิปัญญาไทย ภูมิปัญญาท้องถิ่น/รู้จักแยกแยะและเลือก รับวัฒนธรรมอื่น ๆ

อภิปรายผล

1. ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 1 พบว่า การพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างเป็นองค์รวมเป็นการ พัฒนาพฤติกรรมและความประพฤติทางกาย ในส่วนของพฤติกรรมนั้นเป็นไปเพื่อการสร้างทักษะที่ จำเป็นต่อการดำรงชีวิตได้อย่างสมดุลและพอดีของแต่ละบุคคล ในส่วนของความประพฤตินั้น เป็นไป เพื่อความเรียบร้อย สงบสุข ของการอยู่ร่วมกันในสังคม ได้แก่ การไม่เบียดเบียนซึ่งกันและกัน การ สงเคราะห์เกื้อกูลกัน เป็นต้น นอกจากนี้ยังต้องมีการพัฒนาทางด้านความคิดและทัศนคติที่ตรงกับ ความเป็นจริง เพื่อให้รู้และเข้าใจในการดำเนินชีวิตอย่างรู้เท่าทันสังคม เป็นการสร้างสรรค์ชีวิตให้มี ความสุข มีความเข้าใจในคุณธรรมและการดำเนินชีวิตที่ดี มีความมั่นคงทางจิตใจ ไม่อ่อนไหวตามการ เปลี่ยนแปลงของโลก มีความรู้และสติปัญญาเพื่อเข้าใจชีวิต เข้าใจปัญหาและวิธีการแก้ไข ศึกษา แลกเปลี่ยนระหว่างเพื่อนมนุษย์ ยอมรับในความแตกต่างหลากหลาย เพื่อนำมาพัฒนาตนเองและสังคม ให้ดียิ่งๆ ขึ้นไป ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ การพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างเป็นองค์รวมเป็นการพัฒนาคุณภาพ ชีวิตบนทางสายกลางเพื่อให้เกิดความสมดุล ยั่งยืน พร้อมรับการเปลี่ยนแปลง มีภูมิคุ้มกันทั้งในด้าน

วัตถุ สังคม สิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรม ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ เมธา หริมเทพาธิป และ รวิษ ตาแก้ว (2566) กล่าวว่า การที่ประเทศชาติและประชาชนจะเกิดความสมดุล ยั่งยืน พร้อมรับการเปลี่ยนแปลง มีภูมิคุ้มกันทั้งในด้านวัตถุ สังคม สิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรมได้นั้น จำเป็นต้องดำเนินทางสายกลางด้วยความพอเพียง คือ มีความพอประมาณ มีเหตุผล มีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี บนพื้นฐานของความรอบรู้ รอบคอบ ระมัดระวัง ซึ่ง “ความรอบรู้” เป็นเรื่องของปัญญา “ความรอบคอบ” ส่วน “ความระมัดระวัง” ในการดำเนินชีวิตและการทำงานเป็นเรื่องของสัมปชัญญะ และสอดคล้องกับงานวิจัยของ จำเริญรัตน์ จิตต์จิรจรรย์ (2562) กล่าวว่า หลักความพอประมาณ การมีเหตุผล และการสร้างภูมิคุ้มกันในตัวนี้ หากนำมาประยุกต์ใช้ใน 4 มิติ ก็จำเป็นต้องตระหนักหรือพิจารณาด้วยการใช้ความรู้เป็นพื้นฐาน และมีหลักคุณธรรมจริยธรรมกำกับ เพื่อใช้วัตถุ คือใช้วัตถุ สิ่งของ เงินทอง ทรัพยากรอย่างประหยัดคุ้มค่า ไม่ประหยัดหรือตระหนี่ถี่เหนียวจนเกินไป หรือฟุ้งเฟ้อเกินฐานะทางเศรษฐกิจของตนเอง และตระหนักถึงปัจจัยทางสังคม คือเห็นคุณค่าของการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม เติบโตไม่เบียดเบียนกันและมีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อกัน

2. ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 2 พบว่า หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง คือ หลักแห่งความสมดุล มั่นคง และยั่งยืน เป็นทางสายกลางที่สามารถแก้ปัญหาและพัฒนาได้อย่างเป็นองค์รวม ทั้งในระดับบุคคล ครอบครัว สังคม และประเทศชาติ ประกอบด้วย 3 ห่วง ได้แก่ ความพอประมาณ ความมีเหตุผล และการมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี ส่วน 2 เงื่อนไข ได้แก่ เงื่อนไขความรอบรู้ และเงื่อนไขคุณธรรม ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเป็นหลักคิดที่เน้นคุณค่าในการพัฒนาอย่างเป็นองค์รวม ส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรม และการพัฒนาคุณภาพชีวิต ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ วิศิษฐ์ ฤทธิบุญไชย (2561) ระบุว่า ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ประกอบด้วย 3 ห่วง 2 เงื่อนไข ดังนี้ (1) ความพอประมาณ (MODERAT) (2) ความมีเหตุผล (REASON) (3) มีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี (PRUDENCE) (4) เงื่อนไขความรู้ (KNOWLEDG) (5) เงื่อนไขคุณธรรม (VIRTUES) และสอดคล้องกับแนวคิดของ สุขสันต์ อิททวิทยาวาทย (2559) สรุปว่า ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง คือ การเน้นการพึ่งพาตนเองอย่างมีความรู้ และมีคุณธรรม

3. ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 3 พบว่า การพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างเป็นองค์รวมตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงเป็นการพัฒนาคุณภาพชีวิตเพื่อให้เกิดความสมดุล มั่นคง และยั่งยืน พร้อมรับต่อการเปลี่ยนแปลง มีภูมิคุ้มกัน 4 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกายและวัตถุ ด้านสังคม ด้านสิ่งแวดล้อม และด้านวัฒนธรรม ทั้งนี้อาจเป็นเพราะการพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างเป็นองค์รวมนั้น จำเป็นต้องพัฒนาให้ครบทุกด้าน ซึ่งการประยุกต์ใช้จำเป็นต้องนำเอาหลักการทรงงานมาขับเคลื่อน เพราะองค์รวมก็เป็นหนึ่งในหลักการทรงงานเดียวกับเศรษฐกิจพอเพียงเช่นกัน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ชิสา กันยาวิริยะ (2564) ศึกษาวิจัยเรื่อง “การวนา 4 ตามหลักปรัชญาหลังนวยุคสายกลาง : การศึกษาเชิงวิเคราะห์ วิจัย และวิธาน” ผลการวิจัยพบว่า รูปแบบหลักการวนา 4 เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างเป็นองค์รวมนั้น ได้แก่ การประยุกต์ใช้ทั้งทางด้านพฤติกรรม (กายการวนา) ความ

ประพจน์ (ศีลภาวนา) 3) จิตใจ (จิตภาวนา) และ 4) สติปัญญา (ปัญญาภาวนา) นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับแนวคิดของ ชัยโรจน์ นพเฉลิมโรจน์ (2565) ศึกษาวิจัยเรื่อง “องค์รวม : การศึกษาเชิงวิเคราะห์ วิจัย และวิธาน” ได้อธิบายถึงความสำคัญของ “องค์รวม” ไว้ว่า “องค์รวม” เป็นหลักการข้อที่ 6 ในหลักการทรงงาน 23 ข้อ ของพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร รัชกาลที่ 9 การศึกษาหลักการทรงงานเพื่อนำไปประยุกต์ใช้จึงต้องให้ความสำคัญกับการมองหรือการทำงานแบบ “องค์รวม”

สรุป

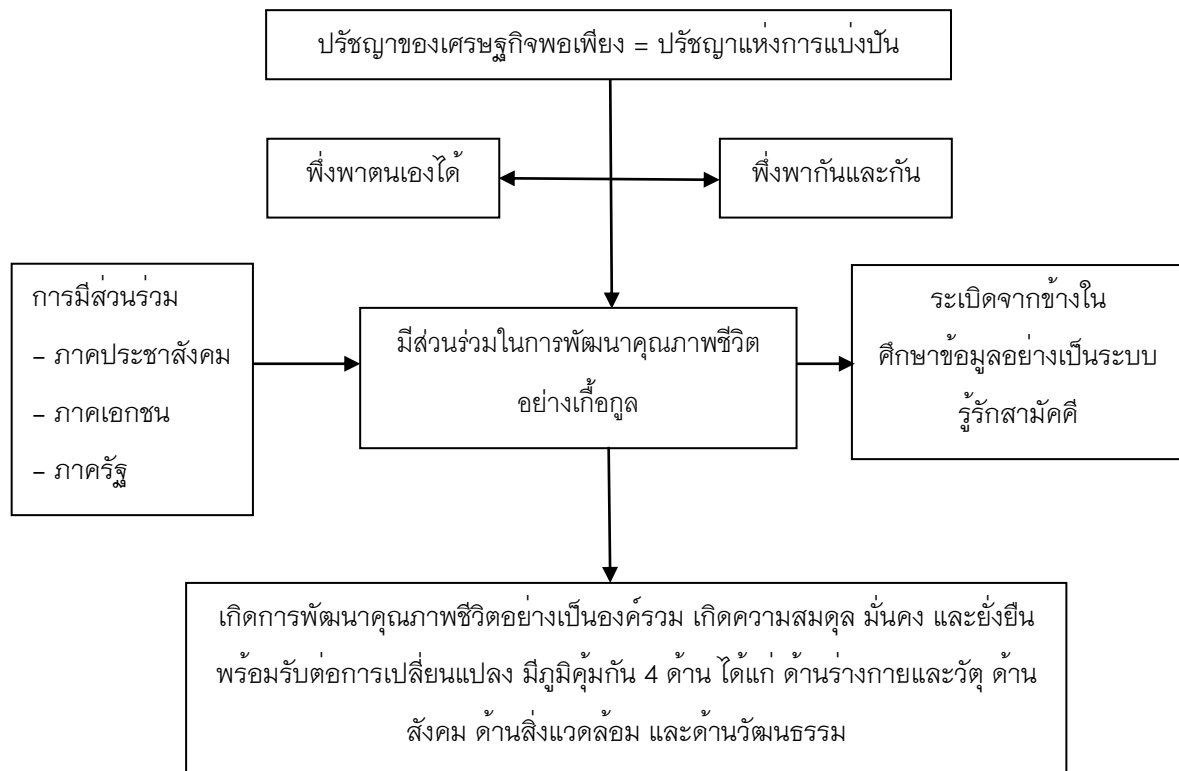
การพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างเป็นองค์รวมเป็นการพัฒนาพฤติกรรมและความประพฤติทางกาย พัฒนาด้านความคิดและทัศนคติที่ตรงกับความเป็นจริง เพื่อให้รู้และเข้าใจในการดำเนินชีวิตอย่างรู้เท่าทันสังคม เป็นการสร้างสรรค์ชีวิตให้มีความสุข มีความเข้าใจในคุณธรรมและการดำเนินชีวิตที่ดี มีความมั่นคงทางจิตใจ ไม่อ่อนไหวตามการเปลี่ยนแปลงของโลก มีความรู้และสติปัญญาเพื่อเข้าใจชีวิต เข้าใจปัญหาและวิธีการแก้ไข ศึกษาแลกเปลี่ยนระหว่างเพื่อนมนุษย์ ยอมรับในความแตกต่างหลากหลาย เพื่อนำมาพัฒนาตนเองและสังคมให้ดียิ่งๆ ขึ้นไป

ส่วนหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง คือ หลักแห่งความสมดุล มั่นคง และยั่งยืน เป็นทางสายกลางที่สามารถแก้ปัญหาและพัฒนาได้อย่างเป็นองค์รวม ประกอบด้วย 3 ห่วง ได้แก่ ความพอประมาณ ความมีเหตุมีผล และการมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี ส่วน 2 เงื่อนไข ได้แก่ เงื่อนไขความรู้รอบรู้ และเงื่อนไขคุณธรรม

ส่วนการพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างเป็นองค์รวมตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงเป็นการพัฒนาคุณภาพชีวิตเพื่อให้เกิดความสมดุล มั่นคง และยั่งยืน พร้อมรับต่อการเปลี่ยนแปลง มีภูมิคุ้มกัน 4 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกายและวัตถุ ด้านสังคม ด้านสิ่งแวดล้อม และด้านวัฒนธรรม

องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย

จากการวิจัยทำให้เกิดองค์ความรู้ ซึ่งเป็นกลไกในการนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงไปขับเคลื่อนให้เกิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างเป็นองค์รวม เกิดความสมดุล มั่นคง และยั่งยืน พร้อมรับต่อการเปลี่ยนแปลง มีภูมิคุ้มกัน 4 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกายและวัตถุ ด้านสังคม ด้านสิ่งแวดล้อม และด้านวัฒนธรรม



ภาพที่ 2 องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย

องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัยเกิดจากการตีความนิยามปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงให้มีความหมายในเชิงของการแบ่งปัน โดยการแบ่งปันที่เกิดขึ้นจะเป็นลักษณะของการคิดเกื้อกูลซึ่งกันและกัน ไม่มีผู้ให้และผู้รับที่แท้จริง การแบ่งปันที่เกิดขึ้นจึงเป็นลักษณะของการแสดงออกซึ่งน้ำใจที่ปรารถนาให้แต่ละฝ่ายเกิดการพึ่งพาตนเองได้อย่างยั่งยืน ดังนั้น นิยามปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงจึงไม่ได้จำกัดแคบอยู่แค่การพึ่งพาตนเองในลักษณะที่ต้องทำอะไรคนเดียวทุกอย่าง แต่มีความหมายขยายออกไปสู่การพึ่งพากันและกัน และการพึ่งพากันและกันที่เกิดขึ้นก็เป็นไปเพื่อการพึ่งพาตนเอง สร้างความมั่นคงทางด้านปัจจัย 4 พัฒนาทักษะและสัมมาอาชีพ พัฒนาความตระหนักรู้และคุณธรรม โดยมีเป้าหมายร่วมกันเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต โดยสร้างการมีส่วนร่วมทั้งในส่วน of ภาคประชาสังคม ภาคเอกชน ภาครัฐ ใช้หลักการทรงงานข้อระเบิดจากข้างในเพื่อสร้างความตระหนักรู้ให้เกิดแก่บุคคลและคนในชุมชน สังคมนั้น ๆ มีการศึกษาข้อมูลอย่างเป็นระบบเพื่อให้เห็นองค์รวมและส่วนงานที่แต่ละคนแบ่งกลุ่มกันทำ เห็นความเชื่อมโยงที่เกื้อกูลกัน เกิดเป็นความรู้รักสามัคคี เปลี่ยนจากการแข่งขันเป็นความร่วมมือ เปลี่ยนจากการแบ่งแยกเป็นแบ่งกลุ่มช่วยเหลือกัน เกิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างเป็นองค์รวม เกิดความสุข มั่นคง และยั่งยืน พร้อมรับการเปลี่ยนแปลง มีภูมิคุ้มกัน 4 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกายและวัตถุ ด้านสังคม ด้านสิ่งแวดล้อม และด้านวัฒนธรรม

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเพื่อการนำผลการวิจัยไปใช้งาน

งานวิจัยเรื่อง “การพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างเป็นองค์รวมตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง” นี้ มีแนวคิดที่น่าสนใจที่สามารถนำไปเป็นแนวคิดในการพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างเป็นองค์รวมได้ในระดับสถาบัน จึงมีข้อเสนอแนะเชิงนโยบายแก่มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทาและมหาวิทยาลัยราชภัฏทั่วประเทศ ที่สนใจขับเคลื่อนปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างเป็นองค์รวม โดยกำหนดให้เป็นปณิธาน วิสัยทัศน์ พันธกิจ เพื่อให้เกิดการขับเคลื่อนงานให้ครบทุกพื้นที่เขตบริการการศึกษาของมหาวิทยาลัย ใน 3 พันธกิจสำคัญ ได้แก่

พันธกิจที่ 1 : วิชาการ การวิจัยและพัฒนา การบริการวิชาการ ประกอบด้วย การศึกษาและวิจัยปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง หลักการทรงงาน และกิจกรรมที่เกี่ยวข้องในหลากหลายอาชีพ การสร้างหลักสูตรเชิงวิชาการ และพัฒนาหลักสูตรการฝึกอบรมทั้งแบบออนไลน์และออนไซต์ โดยคำนึงถึงความสอดคล้องในการขับเคลื่อนโครงการต่าง ๆ ภายใต้นโยบายของศูนย์พอเพียงศึกษา การผลิตเอกสาร หนังสือ คู่มือ ตำรา สำหรับการเรียนการสอนหรือการฝึกอบรม และเป็นข้อมูลสำหรับเผยแพร่สู่สังคมวงกว้าง

พันธกิจที่ 2 : สร้างเครือข่ายและขับเคลื่อนกิจกรรม ประกอบด้วย การสร้างความร่วมมือกับภาครัฐ เอกชน และภาคประชาสังคม ผ่านการติดต่อ ประสานงาน การจัดกิจกรรมต่าง ๆ ภายใต้ศูนย์พอเพียงศึกษา การขอความร่วมมือจากศูนย์ประสานงานเครือข่ายภาคประชาสังคม ด้วยการพบปะหรือพูดคุย แลกเปลี่ยนกับกลุ่มต่าง ๆ ที่มีความสนใจร่วมกันในการเข้ามาเป็นส่วนหนึ่งของเครือข่ายจิตอาสา และร่วมกิจกรรมในการพัฒนาคุณภาพชีวิตร่วมกันด้วยใจที่ตระหนัก ใส่ใจ และแบ่งปัน

พันธกิจที่ 3 : สื่อและการประชาสัมพันธ์ ประกอบด้วย การสร้างสื่อประชาสัมพันธ์เพื่อการเผยแพร่ในช่องทางต่าง ๆ เช่น เว็บไซต์บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา Facebook Fanpage ของหลักสูตรฯ และภาคีเครือข่ายภาคประชาสังคม ตลอดจนช่องทางการเผยแพร่และประชาสัมพันธ์ทางออนไลน์ต่าง ๆ ได้แก่ YouTube Line, Podcast, TV เป็นต้น นอกจากนี้ ยังมีการวางแผนการประชาสัมพันธ์เชิงรุกเพื่อสร้างกระแสทางสังคม (Impact) อย่างต่อเนื่อง

ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยต่อไป

การวิจัยเรื่อง “การพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างเป็นองค์รวมตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง” ในครั้งนี้มุ่งเน้นการวิเคราะห์ตีความเพื่อตอบปัญหาการวิจัยที่ว่า “การพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างเป็นองค์รวมตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงควรเป็นอย่างไร” ซึ่งเป็นการศึกษาในเชิงลึกในด้านปรัชญาและจริยศาสตร์ อย่างไรก็ตาม ยังมีแนวทางการศึกษาปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงอีกมากมายที่สามารถศึกษาได้อย่างเป็นสหวิทยาการ ดังนั้น ผู้วิจัยจึงเห็นควรเสนอหัวข้องานวิจัยสำหรับผู้สนใจศึกษาเพื่อนำไปต่อยอด ดังนี้

1. ศึกษาวิเคราะห์การพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างเป็นองค์รวมตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงในภาคธุรกิจเอกชน
2. ศึกษาวิเคราะห์การพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างเป็นองค์รวมตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตคนพิการ กลุ่มคนเปราะบาง และผู้ด้อยโอกาส

เอกสารอ้างอิง

- จำเริญรัตน์ จิตต์จิรจรรย์. (2562). ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง : กระบวนทัศน์ใหม่ของปรัชญาการศึกษาสู่การเรียนรู้ในศตวรรษปัจจุบัน. *สิกขา วารสารศึกษาศาสตร์*, 6(1), 61-74. สืบค้นจาก <https://so05.tci-thaijo.org/index.php/sikkha/article/view/155188/132206>
- ชัยโรจน์ นพเฉลิมโรจน์. (2565). องค์รวม: การศึกษาเชิงวิเคราะห์ วิจัย และวิธาน. *วารสารวิจัยธรรมศึกษา*, 5(2), 222-230. สืบค้นจาก <https://so07.tci-thaijo.org/index.php/dsr/article/view/2208>
- ชิสา กันยาวิริยะ. (2564). ภาวนา 4 ตามหลักปรัชญาหลังนวยุคสายกลาง: การศึกษาเชิงวิเคราะห์ วิจัย และวิธาน. *วารสารพุทธมคค์*, 8(1), 27-32. สืบค้นจาก <https://so01.tci-thaijo.org/index.php/bdm/article/view/259184>
- ชิสา กันยาวิริยะ. (2565). การศึกษาเชิงวิเคราะห์หลักภาวนา 4 ตามหลักพุทธปรัชญาเถรวาท. *วารสารพุทธมคค์*, 7(2), 299-235. สืบค้นจาก <https://so01.tci-thaijo.org/index.php/bdm/article/view/259186>
- ชุมพร น้ำแสง และคณะ. (2555). ความสัมพันธ์ระหว่างกิจกรรมทางกายและคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดอุดรธานี. *วารสารวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี*, 6(2), 97-111. สืบค้นจาก <https://ph01.tci-thaijo.org/index.php/scudru/article/view/179398>
- ปรียานุช พิบูลสราวุธ. (2549). เศรษฐกิจพอเพียงและการประยุกต์ใช้ด้านการศึกษา. กรุงเทพฯ: โครงการวิจัยเศรษฐกิจพอเพียง สำนักงานทรัพย์สินส่วนพระมหากษัตริย์.
- ปรียานุช พิบูลสราวุธ. (2551). คลังหลวงกับหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง. กรุงเทพฯ: เพชรรุ้งการพิมพ์.
- ปัทมา ผ่องศิริ, กุลธิดา กุลประทีปปัญญา, นันทริยา โลหะไพบูลย์กุล และ สอาด มุ่งสิน. (2561). คุณภาพชีวิตภาวะสุขภาพจิตและความสามารถในการช่วยเหลือตนเองของผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาเขตเมืองอุบลราชธานี. *วารสารเกื้อการุณย์*, 25(2), 137-151. สืบค้นจาก <https://he01.tci-thaijo.org/index.php/kcn/article/view/161112>
- เมธา หริมเทพาธิป และ รวิช ตาแก้ว. (2566). สังคมแห่งการแบ่งปันตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง: การศึกษาเชิงวิเคราะห์ วิจัย และวิธาน. *วารสารพุทธมคค์*, 8(1), 54-65. สืบค้นจาก <https://so01.tci-thaijo.org/index.php/bdm/article/view/261134>

- เมธา หริมเทพาธิป. (2563). การมีส่วนร่วมในมุมมองหลังนวยุค. *รวมสาร*, 16(3), 63–77. สืบค้นจาก <https://so03.tci-thaijo.org/index.php/jhusoc/article/view/211042>
- วิศิษฐ์ ฤทธิบุญไชย. (2561). การปรับใช้หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงที่มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต ของนักศึกษาในจังหวัดนครปฐม. *วารสารสังคมศาสตร์วิจัย*, 9(2), 287–302. สืบค้นจาก <https://so02.tci-thaijo.org/index.php/ssr/article/view/213597>
- วินัส ธรรมสาโรชต์. (2566). การพัฒนาคุณภาพชีวิตแบบองค์รวมตามหลักภาวนา 4 ของผู้สูงอายุในยุคชีวิตวิถีใหม่. *วารสารสหวิทยาการนวัตกรรมปริทรรศน์*, 6(3), 77–89. สืบค้นจาก <https://so04.tci-thaijo.org/index.php/jidir/article/view/260512>
- สุชสันต์ อิศรวิทยาวิทย. (2559). ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง: การศึกษาแนวคิด และการประยุกต์ใช้ในสังคมไทย. *วารสารวิจัยและพัฒนามหาวิทยาลัยราชภัฏเลย*, 11(38), 95–104. สืบค้นจาก <https://so05.tci-thaijo.org/index.php/researchjournal-lru/article/view/100130>
- อภิชัย พันธเสน. (2560). *สังเคราะห์องค์ความรู้เศรษฐกิจพอเพียง*. กรุงเทพฯ: กองทุนสนับสนุนการวิจัย.
- อัปศุระะฮ์มาน มูเก็ม และเดเรศ ออสันตินุตสกุล. (2566). การเติบโตตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงของศูนย์กิจกรรมจิตวิญญาณ การดำรงอยู่ประเทศไทย. *วารสารสังคมศาสตร์วิจัย*, 14(1), 1–20. สืบค้นจาก <https://dept.npru.ac.th/jssr/data/files/14.1jssr1.pdf>
- Campbell, J., & Schraiber, R. (2013). *The well-being project*. California: California Department of Mental Health.
- Power, M. J., Bullinger, M., & the WHOQOL Group. (2002). The universality of quality of life: An empirical approach using the WHOQOL. In. E. Gullone & R. A. Cummins (Eds.), *The university of subjective well-being indicators*. (pp. 129–149). Netherland: Kluwer Academic Publishers.