



วารสารบริหารธุรกิจเทคโนโลยีมหานคร

MUT Journal of Business Administration

ปีที่ 18 ฉบับที่ 1 (มกราคม – มิถุนายน 2564)

Volume 18 Number 1 (January – June 2021)

## การสร้างสรรคและประเมินผลรายการโทรทัศน์ เพื่อส่งเสริมสุขภาพแด่พระสงฆ์ “สงฆ์ไทยไกลโรค”

### The creation and evaluation of the television program for promoting Buddhist monks' health, “Song Thai Klai Rok”

Received: April 3, 2021

Revised: May 9, 2021

Accepted: May 20, 2021

ธิตินัน บ. คอมมอน Thitinan B. Common<sup>1,\*</sup>

<sup>1</sup> ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ภาควิชาการสื่อสารมวลชน คณะนิเทศศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
กรุงเทพมหานคร ประเทศไทย

<sup>1</sup> Ph.D. Assistant Professor, Department of Mass Communication, Faculty of Communication Arts,  
Chulalongkorn University, Bangkok, Thailand

#### บทคัดย่อ

บทความวิจัยเรื่อง การสร้างสรรคและประเมินผลรายการสงฆ์ไทยไกลโรค มีวัตถุประสงค์ในการถอดบทเรียนการทำงานผลิตสื่อเพื่อส่งเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพแด่พระสงฆ์และฆราวาส ภายใต้โครงการขับเคลื่อนมุ่งเป้าเพื่อสื่อสารโภชนาปัญญา “สงฆ์ไทยไกลโรค” สู่พระสงฆ์ จากการเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพจากเอกสารและรายงานที่เกี่ยวข้อง รวมทั้งการประเมินเนื้อหาคุณภาพรายการโดยผู้ทรงคุณวุฒิ ผลการศึกษาวิจัยสรุปได้ว่า รายการสงฆ์ไทยไกลโรคมีเนื้อหารายการที่ส่งเสริมสุขภาพทั้งแด่พระสงฆ์และฆราวาส ช่วยสร้างความตระหนักถึงปัญหาด้านสุขภาพที่พระสงฆ์กำลังเผชิญ และสะท้อนให้เห็นความสัมพันธ์ของปัญหาที่มีความเชื่อมโยงกับพฤติกรรมการใส่บาตรของฆราวาสญาติโยม เนื้อหารายการสื่อสารความรู้และแนวปฏิบัติที่ส่งเสริมการดูแลสุขภาพแด่พระสงฆ์ที่สามารถนำไปใช้ได้จริง สร้างผลต่อการเปลี่ยนแปลงทัศนคติและส่งผลให้เกิดแรงจูงใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม อย่างไรก็ตามพบว่า ในการจะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมได้นั้นยังต้องอาศัยปัจจัยอื่นๆ ร่วมด้วย

\* E-mail address: Thitinan.Bo@chula.ac.th

โดยเฉพาะอย่างยิ่งคือการสร้างสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทั้งแด่พระสงฆ์และฆราวาส

ด้านข้อเสนอแนะในการพัฒนาเนื้อหารายการสงฆ์ไกลโรคพบว่า ควรนำเนื้อหารายการมาทำให้เป็นประเด็นย่อยและผลิตในรูปแบบคลิปสั้นความยาว 3 – 5 นาที เผยแพร่ในช่องทางสื่อออนไลน์ เพื่อให้สอดคล้องกับพฤติกรรมการเปิดรับสื่อของคนในปัจจุบัน ควรมีการทำคำบรรยายใต้ภาพ (Subtitle) จัดทำเสียงบรรยายภาพ AD (Audio description) และคำบรรยายเสียงแบบปิด CC (Closed caption) เพื่อให้คนพิการทางการมองเห็นและการได้ยินสามารถเข้าถึงเนื้อหาของรายการได้ รวมทั้งจัดทำเป็นภาษาท้องถิ่นเพื่อให้เข้าถึงกลุ่มผู้รับสารได้ตรงตามวิถีวัฒนธรรมและภาษาที่มีความหลากหลายในสังคม

**คำสำคัญ:** การสื่อสารสุขภาพ, ความรอบรู้ด้านสุขภาพ, การผลิตสื่อ, รายการโทรทัศน์, พระสงฆ์, สงฆ์ไทยไกลโรค, การสร้างสรรค์และการประเมินผลรายการโทรทัศน์

## ABSTRACT

The objective of this research paper is to study lessons learned from the process of producing the “Song Thai Klai Rok” television program aimed at promoting health literacy for monks and lay people in Thailand. The research was conducted by collecting qualitative data from related documents and reports and content evaluation of the program quality by experts. The results of the study concluded that the program contains content that promotes health for both monks and lay people as well as helps raise awareness of the health problems facing the monks. The program shows that there is a link between the way people offer food to the monks and monks’ health problems. The content of the program demonstrates knowledge and practices that promote practical health care for the monks, and the program creates an effect on attitude change and results in motivation in behavior change. However, it was suggested that to achieve behavior change, other factors are required. It is especially important to create an environment that is conducive to behavioral change for both monks and laity.

The recommendation for the development of the program is that the content of the program should be more concise. It should be produced in the form of short video clips, 3 – 5 minutes long, and distributed on online media channels to better suit the media exposure behavior of people today. Subtitles, AD (Audio description) and CC (Closed caption) should be added so that people with impaired vision and/or hearing can access the contents of the programs. The program should include local language to reach audiences in accordance with the cultural and linguistic diversity of society.

**Keywords:** Health Communication, Health Literacy, Media Production, Television Program, Buddhist Monks, Song Thai Klai Rok, The creation and evaluation of television program

## บทนำ

พระสงฆ์ในปัจจุบันกำลังเผชิญกับปัญหาสุขภาพที่ไม่ต่างไปจากฆราวาส ผลการศึกษาวิจัยจากโครงการ การขับเคลื่อนมุงเป้าเพื่อสื่อสารโภชนาปัญญา “สงฆ์ไทยไกลโรค” สู่พระสงฆ์ หรือเรียกโดยย่อว่า “โครงการสงฆ์ไทยไกลโรค” ได้ทำการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับสุขภาพของพระสงฆ์พบว่า พระสงฆ์ในประเทศไทยเกินครึ่งมีภาวะน้ำหนักเกิน และมีอัตราการเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังที่ไม่ติดต่อ (Non-communicable Diseases: NCDs) มากกว่าเมื่อเทียบกับในกลุ่มชายไทยที่เป็นฆราวาส โครงการสงฆ์ไทยไกลโรคภายใต้การสนับสนุนของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) โดยมีคณะสหเวชศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยเป็นผู้รับทุน ทำหน้าที่พัฒนาสื่อด้านโภชนาการเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพพระสงฆ์ มาตั้งแต่ปี พ.ศ. 2554 จนถึงปัจจุบัน โดยได้จัดทำคู่มือหนังสือ แผ่นพับ โปสเตอร์ เพื่อให้ข้อมูลในการสื่อสารสุขภาพแด่พระสงฆ์และฆราวาส ภายใต้ชื่อ สื่อสงฆ์ไทยไกลโรค

ชุดสื่อของโครงการสงฆ์ไทยไกลโรคที่ผลิตขึ้นจากองค์ความรู้ในการวิจัยของโครงการ เดิมส่วนใหญ่จัดทำขึ้นในลักษณะที่เป็นสื่อสิ่งพิมพ์ อาทิ แผ่นพับ โปสเตอร์ หนังสือ ปฏิทินบันทึกสุขภาพ รัตประคตหรือสายวัดเอวรอบรู้ ต่อมาในเดือนตุลาคม ปี พ.ศ. 2561 โครงการสงฆ์ไทยไกลโรค ได้รับทุนสนับสนุนจาก สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ให้ดำเนินการผลิตสื่อภาพและเสียง รายการสงฆ์ไทยไกลโรค ซึ่งเป็นรายการโทรทัศน์เพื่อส่งเสริมความรู้ด้านการดูแลสุขภาพแด่พระสงฆ์และฆราวาส โดยการผลิตรายการโทรทัศน์ดังกล่าวนี้ได้รับความร่วมมือจาก 7 องค์กร ได้แก่ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย มหาเถรสมาคม สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ กระทรวงสาธารณสุข สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ และสำนักงานคณะกรรมการสุขภาพแห่งชาติ ภายใต้การขับเคลื่อนธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติ 2560

รายการสงฆ์ไทยไกลโรค มีระยะเวลาในการดำเนินการผลิตทั้งสิ้น 30 เดือน โดยผลิตในรูปแบบรายการโทรทัศน์ความยาว 25 – 30 นาที สำหรับออกอากาศ ทุกวันเสาร์ เวลา 10.00 – 10.30 น. ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์โลกพระพุทธศาสนา เฉลิมพระเกียรติฯ หรือ WBTV (World Buddhism Television) ดำเนินการผลิตทั้งสิ้นจำนวน 100 ตอน เริ่มออกอากาศตอนแรกเมื่อวันที่ 27 กรกฎาคม 2562 โดยออกอากาศผ่านโทรทัศน์ดาวเทียม WBTV และทางยูทูปช่อง WBTV ซึ่งสามารถเข้าชมได้ทาง <https://www.youtube.com/c/WBTVwatyanawa>

รายการโทรทัศน์สงฆ์ไทยไกลโรคผลิตขึ้นมาด้วยจุดมุ่งหมายในการสื่อสารความรู้ด้านสุขภาพแด่พระสงฆ์ สามเณร และฆราวาส ภายใต้องค์ความรู้ที่ได้จากศึกษาวิจัยของโครงการการขับเคลื่อนมุงเป้าเพื่อสื่อสารโภชนาปัญญา “สงฆ์ไทยไกลโรค” สู่พระสงฆ์ ซึ่งเน้นการให้ความรู้ด้านโภชนาการ ด้วยหลักการที่เรียกว่า “โภชนา ปานะ กายะ กิจกรรม” หมายถึง การให้ความสำคัญกับ 1. โภชนาการ หรือ

อาหารที่พระสงฆ์ขบฉัน 2. น้ำปานะ หรือ เครื่องดื่มที่จัดถวายแด่พระสงฆ์ 3. การดูแลกาย ไม่ให้น้ำหนักและรอบเอวเกิน 4. กิจกรรมทางกาย หรือที่เรียกว่าการบริหารขั้นพื้นฐาน ด้วยการเดินจงกรม เดินบิณฑบาต กวาดลานวัด ซึ่งหลักการทั้งสี่ข้อนี้เป็นสิ่งที่โครงการสงฆ์ไทยไกลโรคใช้สื่อสารเพื่อส่งเสริมการดูแลสุขภาพแด่พระสงฆ์เพื่อให้ท่านนำไปปฏิบัติ ขณะเดียวกันก็สื่อสารเพื่อให้ฆราวาสญาติโยมเข้าใจความสัมพันธ์เชื่อมโยงที่ตนเองมีต่อการดูแลสุขภาพของพระสงฆ์ ร่วมกันใส่ใจด้วยการถวายอาหารและน้ำปานะที่มีประโยชน์และเอื้อต่อสุขภาพของท่าน เพราะตามหลักพระธรรมวินัยแล้วพระสงฆ์ต้องพึงพาอาหารที่ฆราวาสญาติโยมนำมาถวายใส่บาตร ดังนั้นสุขภาพของพระสงฆ์จึงเป็นเรื่องที่มีความเกี่ยวข้องกับทั้งตัวของพระสงฆ์ท่านเองและฆราวาส

เมื่อพิจารณาในฐานะของสื่อแล้ว รายการสงฆ์ไทยไกลโรคถือได้ว่าเป็นงานสร้างสรรค์ที่ทำหน้าที่สื่อสารสุขภาพแด่พระสงฆ์ สามเณร และฆราวาส ขณะเดียวกัน กระบวนการพัฒนาและสร้างสรรค์รายการสงฆ์ไทยไกลโรคยังเป็นเครื่องมือแสวงหาความรู้เกี่ยวกับสุขภาพในวิถีสังคมที่มีพุทธศาสนาเป็นศูนย์กลางในการดำเนินชีวิต อีกทั้ง กระบวนการทำงานสร้างสรรค์รายการสงฆ์ไทยไกลโรคนี้ยังกำหนดที่เสมือนพื้นที่ในการเรียนรู้เกี่ยวกับการออกแบบและการผลิตสื่อเพื่อสื่อสารสุขภาพในมิติที่เกี่ยวข้องกับพุทธศาสนา บทเรียนที่ได้จากการทำงานครั้งนี้นับเป็นประโยชน์ต่อการทำงานด้านการผลิตสื่อและการสื่อสารกับการขับเคลื่อนด้านสุขภาพแด่ทั้งพระสงฆ์และฆราวาส บทความวิจักษณ์นี้จึงเป็นการสะท้อนความรู้ที่เกิดขึ้นจากกระบวนการสร้างสรรค์สื่อเพื่อส่งเสริมสุขภาพแด่พระสงฆ์และฆราวาส ผ่านการถอดบทเรียนและสังเคราะห์ความรู้ที่ได้จากการทำงานตลอดระยะเวลาสองปีครึ่งที่ผ่านมา โดยมีจุดประสงค์ในการศึกษาดังนี้

## คำถามนำวิจัย

รายการสงฆ์ไทยไกลโรคมีการสื่อสารสุขภาพแด่พระสงฆ์และฆราวาสอย่างไร และมีแนวทางในการพัฒนารูปแบบเนื้อหาต่อไปได้อย่างไรบ้าง

## วัตถุประสงค์ของการวิจัย

การศึกษานี้มีจุดประสงค์ในการถอดบทเรียนการสร้างสรรค์และประเมินผลรายการสงฆ์ไทยไกลโรค และนำเสนอแนวทางในการพัฒนาการสร้างสรรค์สื่อเพื่อส่งเสริมสุขภาพแด่พระสงฆ์

## ขอบเขตในการวิจัย

ขอบเขตด้านเนื้อหาในการศึกษานี้คือ รายการโทรทัศน์สงฆ์ไทยไกลโรคที่ออกอากาศทางสถานีวิทยุโทรทัศน์โลกพระพุทธศาสนา เฉลิมพระเกียรติฯ วัดยานนาวา หรือ WBTV (World Buddhist Television) ทั้งช่องทางโทรทัศน์ผ่านดาวเทียมและทางยูทูป เริ่มออกอากาศตอนแรกเมื่อวันเสาร์ที่ 27

กรกฎาคม 2562 โดยออกอากาศผ่านโทรทัศน์ดาวเทียม WBTV และทางยูทูปช่อง WBTV (<https://www.youtube.com/c/WBTVwatyanawa>)

## นิยามศัพท์ที่สำคัญ

**WBTV** หมายถึง สถานีวิทยุโทรทัศน์โลกพระพุทธศาสนา เฉลิมพระเกียรติฯ วัดยานนาวา เผยแพร่ทั้งในช่องทางโทรทัศน์ดาวเทียมและช่องทางยูทูป ใช้ชื่อภาษาอังกฤษว่า World Buddhism Television (WBTV)

**โครงการสงฆ์ไทยไกลโรค** หมายถึง โครงการการขับเคลื่อนมุ่งเป้าเพื่อสื่อสารโภชนาปัญญา “สงฆ์ไทยไกลโรค” สู่พระสงฆ์ ซึ่งเป็นโครงการวิจัยใหญ่ที่ดำเนินการมาตั้งแต่ปี พ.ศ. 2554 จนถึงปัจจุบัน ภายใต้การสนับสนุนของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการเสริมสุขภาพ (สสส.) โดยมีคณะสหเวชศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยเป็นผู้รับทุน

**รายการสงฆ์ไทยไกลโรค** หมายถึง รายการที่นำเสนอในรูปแบบรายการโทรทัศน์ ใช้ชื่อรายการว่า รายการสงฆ์ไทยไกลโรค ออกอากาศทั้งทางช่องทางโทรทัศน์และช่องทางยูทูปของสถานีวิทยุโทรทัศน์โลกพระพุทธศาสนา เฉลิมพระเกียรติฯ วัดยานนาวา หรือ WBTV ซึ่งเป็นโครงการย่อยที่ดำเนินการผลิตภายใต้โครงการใหญ่ที่ชื่อว่า โครงการการขับเคลื่อนมุ่งเป้าเพื่อสื่อสารโภชนาปัญญา “สงฆ์ไทยไกลโรค” สู่พระสงฆ์

**การสร้างสรรค์** หมายถึง การออกแบบพัฒนาเนื้อหาและรูปแบบรายการ กระบวนการในการดำเนินการผลิตรายการโทรทัศน์สงฆ์ไทยไกลโรคขั้นตอนต่าง ๆ ตั้งแต่ขั้นเตรียมการผลิต ขึ้นการผลิต และขั้นหลังการผลิต

## ประโยชน์ของการวิจัย

ผลการศึกษาครั้งนี้เป็นการสร้างองค์ความรู้ด้านการผลิตสื่อเพื่อการสื่อสารสุขภาพแด่พระสงฆ์ สามเณร และฆราวาส โดยสามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้ทั้งในการปฏิบัติการด้านสุขภาพและการสื่อสารเพื่อสุขภาพ รวมทั้งความรู้ที่ได้ยังเป็นประโยชน์ต่อการเรียนการสอนด้านการผลิตสื่อและการสื่อสารสุขภาพ

## การทบทวนวรรณกรรม

การศึกษาเรื่อง การสร้างสรรค์และประเมินผลรายการสงฆ์ไทยไกลโรค ใช้กรอบแนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับบทบาทหน้าที่ของสื่อและการสื่อสารเพื่อส่งเสริมความรู้ด้านสุขภาพ แนวคิดด้านการผลิตรายการโทรทัศน์ และแนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาเชิงสังคม โดยนำแนวคิดมาบูรณาการในการพัฒนาเนื้อหาและประเมินผลรายการ

คำว่า ความรอบรู้ด้านสุขภาพ (Health Literacy) เป็นแนวคิดที่ได้รับการกล่าวถึงกันในระดับสากลและในระดับประเทศ และได้รับการนำมาใช้ในคำภาษาไทยที่แตกต่างกันออกไป อาทิ สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข ให้คำเรียกว่า “ความแตกฉานด้านสุขภาพ” สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ เรียกว่า “การรู้เท่าทันด้านสุขภาพ” สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษาภายใต้การสนับสนุนของสำนักงานกองทุนสนับสนุน การสร้างเสริมสุขภาพ เรียกว่า “ความฉลาดทางสุขภาพ” ส่วนกองสุศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ ใช้เรียกว่า “ความฉลาดทางสุขภาพ” หรือ “ความรอบรู้ด้านสุขภาพ”

แนวคิดความรอบรู้ด้านสุขภาพ (Health literacy) เป็นแนวคิดที่เกิดขึ้นในยุคทศวรรษ 1990s ได้รับการพัฒนามาจากแนวคิดการอ่านออกเขียนได้ทางการศึกษาที่จำเป็นเมื่อต้องมาใช้บริการของโรงพยาบาล โดย Don Nutbeam (1998) ได้ให้นิยามของคำว่า Health literacy ไว้ในบทความเรื่อง Health Promotion Glossary ซึ่งตีพิมพ์เผยแพร่ในวารสาร Health Promotion International ว่า หมายถึง สติปัญญาและทักษะทางสังคมที่ทำให้บุคคลมีแรงขับและความสามารถในการเข้าถึง เข้าใจ และสามารถใช้องค์ความรู้เพื่อส่งเสริมและรักษาสุขภาพที่ดีได้

ความรอบรู้ด้านสุขภาพถือเป็นทักษะและความรู้ที่ช่วยส่งเสริมคุณภาพชีวิตของบุคคล สื่อมีบทบาทในการสื่อสารเพื่อส่งเสริมความรอบรู้ทางสุขภาพ ดังนั้น การสื่อสารสุขภาพ (Health Communication) จึงถือเป็นศาสตร์และแนวทางปฏิบัติที่เกี่ยวกับการใช้กลยุทธ์การสื่อสารเพื่อให้ความรู้และสร้างผลกระทบในทางที่ทำให้เกิดการเพิ่มคุณภาพด้านสุขภาพทั้งแก่บุคคลและสังคม การสื่อสารสุขภาพจึงหมายถึง การศึกษาและการนำเอากลยุทธ์การสื่อสารมาใช้เพื่อนำเสนอข้อมูลและสร้างผลกระทบไปยังการตัดสินใจของบุคคลและชุมชนในการส่งเสริมสุขภาพ ซึ่งในที่นี้คือพระสงฆ์และฆราวาสที่มีวิถีชีวิตภายใต้สังคมที่มีพระพุทธศาสนาเป็นศูนย์กลาง การสื่อสารสุขภาพคือศาสตร์และกระบวนการที่ช่วยส่งเสริมให้เกิดการให้บริการและการดูแลสุขภาพที่มีคุณภาพสูงโดยการช่วยเผยแพร่ข้อมูลด้านสุขภาพที่สำคัญแก่สาธารณะ สื่อสารมวลชน ซึ่งในที่นี้หมายถึงรายการโทรทัศน์ถือได้ว่ามีบทบาทอย่างมากในกระบวนการดังกล่าว

หัวใจของการออกแบบสารคือการเข้าใจกลุ่มเป้าหมายที่จะสื่อสารด้วย การสื่อสารสุขภาพ ประกอบด้วยการสื่อสารด้วยวาจาและข้อความ กลยุทธ์การสื่อสารสุขภาพมีเป้าหมายในการสร้างเสริมพลังและส่งเสริมอำนาจของบุคคล สังคม และชุมชน ให้เป็นผู้ที่สามารถตัดสินใจเลือกแนวทางที่เป็นประโยชน์ต่อสุขภาพของตนเองได้ การสื่อสารสุขภาพเป็นศาสตร์และแนวปฏิบัติที่ต้องใช้แนวคิด โมเดล และทฤษฎีที่หลากหลายในการสนับสนุนให้เกิดการสร้างการเปลี่ยนแปลงเชิงบวกแก่ทัศนคติและพฤติกรรม หนึ่งในแนวคิดสำคัญที่ใช้เป็นกรอบในการผลิตเนื้อหารายการสงฆ์ไทยไกลโรคคือ แนวคิด ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาเชิงสังคม (Social Cognitive Theory) ซึ่งได้รับการกล่าวว่าเป็นทฤษฎีสำคัญของการเรียนรู้ทำความเข้าใจและจัดการพฤติกรรมของมนุษย์โดยทฤษฎีดังกล่าวนี้มีรากฐานและ พัฒนาการมาจากการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกันของมนุษย์ในสังคม หรือตามที่ Albert Bandura นักจิตวิทยาชาวอเมริกันผู้พัฒนาทฤษฎีนี้ขึ้นจากการศึกษาค้นคว้าของตนเองได้ระบุถึงใจความสำคัญของทฤษฎีนี้ว่า มนุษย์มีการเรียนรู้พฤติกรรมตลอดชีวิต ซึ่งการเรียนรู้ในรูปแบบต่าง ๆ จะเกิดได้ในทุกวัยตราบใดที่มนุษย์ยังมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันในสังคม ในช่วงแรกของการค้นคว้าวิจัย Bandura พบว่า

การรับรู้ถึงพฤติกรรมใหม่ที่มีอิทธิพลต่อตนเองส่งผลให้มนุษย์เราเกิดแรงปรารถนาที่อยากจะเรียนรู้พฤติกรรมใหม่ๆ ของบุคคลเหล่านั้น ผ่านกระบวนการที่สำคัญ 3 อย่างคือการเรียนรู้ผ่านรูปแบบการสังเกต การกระตุ้นจากภายใน และกระบวนการเลียนแบบ (Bandura, 1997)

ต่อมา Bandura ได้ทำการศึกษาวิจัยอย่างต่อเนื่องและอธิบายเพิ่มเติมว่า การเรียนรู้ทางสังคมมีกระบวนการในการเรียนรู้ 4 ประการที่จำเป็นต่อการเลียนแบบพฤติกรรมต่างๆ กล่าวคือ บุคคลจะต้องให้ความสนใจกับต้นแบบที่มีอิทธิพลต่อเขาก่อน จากนั้นจึงเกิดการสังเกตและการจดจำพฤติกรรมที่สนใจ ลำดับต่อมาคือขั้นตอนการเลียนแบบหรือจำลองพฤติกรรม และในขั้นตอนสุดท้ายคือแรงจูงใจ ซึ่งหมายถึงการประเมินตนเองในพฤติกรรมที่ได้เรียนรู้ และถูกประเมินด้วยสังคมภายนอกถึงสิ่งที่ได้แสดงออกไปนั้นว่ามีผลลัพธ์ต่อตนเองอย่างไร (Bandura, 2002)

ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมที่อธิบายมาข้างต้นสามารถนำมาใช้ประยุกต์ในงานด้านนิเทศศาสตร์เพื่อการศึกษาอิทธิพลของสื่อมวลชนที่มีผลต่อการเรียนรู้พฤติกรรมของผู้รับสาร โดยพบว่ารูปแบบสื่อหรือช่องทางสื่อมีอิทธิพลทางความคิด ทศนคติ หรือพฤติกรรมของผู้รับสาร สื่อเป็นตัวแปรแทรกที่เสริมแรงและกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรม ซึ่งถือว่าเป็นการเรียนรู้โดยการสังเกตหรือการเรียนรู้จากตัวแบบอย่างหนึ่ง รายการสงฆ์ไทยไกลโรคได้นำเอาหลักการเรื่องการเรียนรู้จากต้นแบบจากกรอบแนวคิดการเรียนรู้เชิงปัญญาสังคมดังกล่าวมาใช้เป็นแผนที่นำความคิดในการออกแบบและพัฒนาเนื้อหารายการ โดยรายการมีเนื้อหาที่นำเสนอภาพและเรื่องราวของบุคคลต้นแบบของสุขภาพในด้านต่างๆ อาทิ พยาบาลต้นแบบ พระสงฆ์ต้นแบบ โรงพยาบาลต้นแบบ ชุมชนต้นแบบ และครัวต้นแบบ นอกจากนี้ยังใช้วิธีการให้นักวิจัยของโครงการและหัวหน้าโครงการซึ่งเป็นนักวิชาการด้านโภชนาการที่ได้รับการยอมรับจากสังคมมาเป็นผู้ดำเนินรายการ ความเป็นรู้ผู้และเป็นผู้เชี่ยวชาญของผู้ดำเนินรายการดังกล่าวถือเป็นการสื่อสารความรู้ด้านสุขภาพโดยใช้ตัวต้นแบบด้านสุขภาพตามแนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมที่กล่าวมา

ในด้านกระบวนการผลิตรายการสงฆ์ไทยไกลโรคได้ใช้กรอบแนวทางการผลิตรายการโทรทัศน์ ซึ่งประกอบด้วยขั้นตอนต่างๆ กล่าวคือ ขั้นตอนเตรียมการผลิต ขั้นตอนการผลิต และขั้นตอนประเมินผลรายการ มาเป็นแนวทางในการดำเนินงาน โดยในที่นี้ให้ความสำคัญกับการวิเคราะห์ผู้ชมและการประเมินผลรายการ จุดมุ่งหมายของการผลิตเนื้อหารายการพัฒนาขึ้นภายใต้แนวคิดบทบาทหน้าที่ของสื่อ ซึ่งได้อธิบายไว้โดย Harold Lasswell (อ้างถึงใน Kaid, L. และ Holtz-Bacha C., 2008) นักรัฐศาสตร์ซึ่งถือเป็นหนึ่งในผู้บุกเบิกการศึกษาวิจัยด้านการสื่อสารมวลชน โดยเขาได้สรุปบทบาทหน้าที่สำคัญ 3 ประการของสื่อมวลชนไว้ ซึ่งปัจจุบันบทบาทหน้าที่เหล่านี้ก็ยังได้รับการกล่าวถึงตลอดมา อันได้แก่ หน้าที่ในการสังเกตการณ์หรือสอดส่องระวังระไวสภาพแวดล้อมในสังคม หน้าที่ในการประสานส่วนต่าง ๆ ในสังคมให้รวมตัวกันและเกิดความสัมพันธ์ที่ดีและอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุข และหน้าที่ในการให้การศึกษาและถ่ายทอดมรดกทางสังคมไปสู่รุ่นต่อไป ต่อมา Roger Wright (อ้างถึงใน Kaid, L. และ Holtz-Bacha C., 2008) ได้เพิ่มเติมบทบาทหน้าที่ประการที่ 4 เพิ่มเติมไว้ คือ หน้าที่ในการให้ความบันเทิง ให้ความผ่อนคลายและลดความตึงเครียดของปัจเจกบุคคล ซึ่งจะส่งผลให้สมาชิกของสังคมสามารถแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ในชีวิตจริงได้ง่ายขึ้น และส่งผลต่อสังคมในแง่ของการลดความล้มเหลวหรือการล่มสลายของสังคมได้

นอกจากนี้ ยังมีกรอบแนวคิดเกี่ยวกับบทบาทหน้าที่ของสื่อมวลชน ที่เสนอโดย Denis McQuail (อ้างถึงใน McQuail และ Deuze, 2020) ไว้ 5 ประการ ได้แก่ หน้าที่ในการให้ข่าวสาร หน้าที่ในการประสานสัมพันธ์ หน้าที่ในการสร้างความต่อเนื่องทางสังคม หน้าที่ในการให้ความเพลิดเพลิน หน้าที่ในการรณรงค์ทางสังคม เศรษฐกิจ และการเมือง แนวคิดบทบาทหน้าที่ของสื่อมวลชนดังที่กล่าวมาอาจจะได้รับการมองว่าเป็นแนวคิดที่เกิดขึ้นนานมาแล้ว แต่เมื่อพิจารณาดูก็พบว่ายังคงเป็นแนวคิดที่สามารถสะท้อนบทบาทหน้าที่ของสื่อมวลชนได้เสมอมา ดังนั้น ในฐานะของรายการโทรทัศน์ที่ถือเป็นสื่อมวลชนประเภทหนึ่งแล้ว รายการสงฆ์ไทยไกลโรค ใช้กรอบแนวคิดของบทบาทหน้าที่สื่อมาเป็นเข็มทิศในการทำงาน โดยมีจุดมุ่งหมายของรายการในการทำหน้าที่สังเกตการณ์ สอดส่องสังคม ผ่านการสำรวจสภาพปัญหาด้านสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในประเทศไทย การแสวงหาและรายงานข่าวสารข้อมูลความเคลื่อนไหวของเหตุการณ์เกี่ยวกับภาวะสุขภาพให้สมาชิกของสังคมทั้งพระสงฆ์และฆราวาสได้รับรู้และตระหนักถึงปัญหา โดยได้ทำหน้าที่ในการให้ข่าวสารและทำหน้าที่ในการประสานส่วนต่าง ๆ ในสังคมให้เกิดความตระหนักด้านสุขภาพของพระสงฆ์ รวมทั้งทำหน้าที่ในการเป็นพื้นที่แลกเปลี่ยนความคิดเห็นหรือการชักจูงให้สังคมหันมาตระหนัก ให้ความสำคัญและช่วยกันแก้ไขปัญหาด้านสุขภาพของพระสงฆ์

## ระเบียบวิธีวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้จัดทำโดยการวิเคราะห์เอกสารที่เกี่ยวข้องกับโครงการผลิตรายการสงฆ์ไทยไกลโรค อาทิ รายงานการประชุมทีมผลิตรายการ รายงานการวิเคราะห์ผู้ชมรายการ โครงร่างของรายการและบทรายการ โดยได้นำข้อมูลมาจัดระบบและนำเสนอผลในประเด็นการออกแบบและสร้างสรรค์รายการสงฆ์ไทยไกลโรค

นอกจากนี้ ได้จัดทำการประเมินผลรายการโทรทัศน์สงฆ์ไทยไกลโรคทั้งด้านคุณค่าเนื้อหา (Content Value) และคุณค่าด้านการการผลิต (Production Value) โดยผู้ทรงคุณวุฒิที่มีความเชี่ยวชาญด้านการสื่อสารและการผลิตสื่อทั้งฆราวาสและพระสงฆ์จำนวน 5 ท่าน ซึ่งใช้วิธีการคัดเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ตามคุณสมบัติกล่าวคือ

ด้านผู้ทรงคุณวุฒิที่เป็นนักวิชาการมีคุณสมบัติเป็นอาจารย์ด้านนิเทศศาสตร์และการสื่อสารมวลชนที่มีประสบการณ์ทำงานด้านการผลิตสื่อจำนวน 4 ท่าน ด้านพระสงฆ์คือ เป็นพระสงฆ์นักพัฒนาที่เปิดรับสื่อและใช้สื่อเป็นเครื่องมือในการส่งเสริมการเรียนรู้แก่ฆราวาสและพระสงฆ์จำนวน 1 รูป รวมทั้งสิ้นเป็น 5 ท่าน

ในขั้นตอนการประเมินผลนั้น โครงการได้ติดต่อขอเชิญให้ท่านเหล่านั้นมาเป็นผู้ทรงคุณวุฒิประจำรายการ (Program Panel) ด้วยการส่งจดหมายอย่างเป็นทางการและได้รับการตอบรับจากผู้ทรงคุณวุฒิทั้ง 5 ท่าน ซึ่งมีความหลากหลายทั้งด้าน เพศ วัย ความเชี่ยวชาญในด้านการสื่อสารและงานผลิตสื่อ ประสบการณ์ทำบุญใส่บาตร และประสบการณ์การบวชเป็นพระ โดยโครงการได้จัดส่งอาหารรายการสงฆ์ไทยไกลโรคให้ผู้ทรงคุณวุฒิแต่ละท่านได้ชมล่วงหน้าก่อนพร้อมประเด็นในการ

ประเมิน จากนั้น จึงได้นัดหมายขอสัมภาษณ์แต่ละท่าน โดยได้ดำเนินการสัมภาษณ์ไปในช่วงระหว่างเดือนกุมภาพันธ์และเดือนมีนาคม 2564

## ผลการวิจัย

บทความวิจัยเรื่อง การสร้างสรรค์และประเมินผลรายการโทรทัศน์เพื่อส่งเสริมสุขภาพแด่พระสงฆ์ “สงฆ์ไทยไกลโรค” มีจุดมุ่งหมายในการถอดบทเรียนการทำงานด้านการผลิตสื่อเพื่อส่งเสริมความรู้ด้านสุขภาพแด่พระสงฆ์และฆราวาส จากการสังเคราะห์ข้อมูลการดำเนินงานและการประเมินผลรายการ จะขอนำเสนอผลการศึกษาโดยแบ่งออกเป็นสามส่วนหลัก ส่วนที่หนึ่งคือการนำเสนอผลเกี่ยวกับการออกแบบและสร้างสรรค์รายการ ส่วนที่สองคือการประเมินผลรายการด้านคุณภาพเนื้อหาและคุณภาพการผลิตโดยผู้ทรงคุณวุฒิ และส่วนที่สามคือการถอดบทเรียนการทำงานจากทีมผลิตรายการสงฆ์ไทยไกลโรค

### 1. การออกแบบและสร้างสรรค์รายการสงฆ์ไทยไกลโรค

จากการรวบรวมเอกสารที่เกี่ยวข้องกับการผลิตรายการ อาทิ โครงสร้างรายการ รายงานการประชุมทีมผลิตรายการและการประชุมคณะกรรมการบริหารโครงการ สามารถสรุปรายละเอียดของการออกแบบสร้างสรรค์รายการสงฆ์ไทยไกลโรคได้ดังนี้ รายการสงฆ์ไทยไกลโรคมีกรอบเนื้อหารายการโทรทัศน์ที่ช่วยสร้างเสริมสุขภาพในด้านโภชนาการของพระสงฆ์และฆราวาสจำนวน 100 ตอน โดยมีกลุ่มผู้ชมเป้าหมายแบ่งออกเป็น 3 กลุ่มย่อย ได้แก่ 1.) พระสงฆ์และสามเณร 2.) ฆราวาส และ 3.) แม่ครัวพ่อครัวที่เป็นผู้ประกอบอาหารในวัดและในสถาบันสงฆ์

การผลิตรายการสงฆ์ไทยไกลโรค ดำเนินการออกแบบพัฒนาเนื้อหารายการอย่างเป็นระบบตามกรอบแนวคิดการผลิตรายการโทรทัศน์ 5 ขั้นตอน ได้แก่ การวางแผนการผลิต การเตรียมการและฝึกซ้อม ขั้นตอนการผลิต ขั้นตอนหลังการผลิต และการประเมินผลรายการ ซึ่งในบทความชิ้นนี้จะขอเน้นเฉพาะที่ขั้นวางแผนการผลิตในส่วนของการออกแบบพัฒนารายการและการประเมินผลรายการ

ในขั้นตอนการวางแผนการผลิตนั้นได้ให้ความสำคัญกับการศึกษากลุ่มเป้าหมายของรายการ โดยมีการวิเคราะห์ผู้รับสารที่เป็นกลุ่มเป้าหมายของรายการทั้งกลุ่มพระสงฆ์และฆราวาส โดยทีมงานได้ทำการศึกษาผู้ชม (Audience Analysis) ด้วยการสนทนากลุ่มเกี่ยวกับการเปิดรับและความต้องการสื่อที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพ ซึ่งจะขอนำข้อมูลที่สรุปไว้ว่าเสนอพอสังเขปดังรายละเอียดต่อไปนี้

#### 1.1 การวิเคราะห์ผู้ชม

##### กลุ่มฆราวาส

ในการศึกษาวิจัยผู้รับสารก่อนการผลิตนั้น โครงการผลิตรายการสงฆ์ไทยไกลโรคได้ทำการสนทนากลุ่มกับฆราวาส พบผลการศึกษ่า้างอิงจากเอกสารรายงานของโครงการสรุปได้ว่า ช่วงอายุมี

ผลต่อพฤติกรรมการทำบุญใส่บาตรถวายอาหารแด่พระสงฆ์ เมื่อพิจารณาด้านความถี่ของการถวายอาหารพระสงฆ์ โดยผู้สูงอายุจะปฏิบัติเป็นประจำ แต่วัยรุ่นหรือวัยทำงานจะทำเฉพาะในช่วงโอกาสพิเศษ เช่น วันเกิด วันครบรอบต่าง ๆ เป็นต้น ส่วนใหญ่เป็นการตักบาตรเช้ามากกว่าการนำไปถวายเพล ด้านอาหารที่นำมาถวายเป็นการเลือกซื้ออาหารจากร้านค้าที่มีการจัดเตรียมไว้เป็นชุดสำหรับตักบาตรโดยเฉพาะหรือร้านขายกับข้าวถุงทั่วไป ซึ่งเกณฑ์ในการเลือกซื้อคือ เลือกอาหารที่ตนเองชอบหรืออาหารที่ผู้ที่ตนต้องการอุทิศส่วนกุศลให้ชอบ นอกจากนั้นยังมีการเลือกซื้ออาหารแห้งที่ซื้อจากร้านสะดวกซื้อ ด้วยเหตุผลเรื่องความสะดวกในการจัดหา โดยเฉพาะในวัยที่เป็นนักเรียนนักศึกษา นั้นจะใช้หลักความสะดวกเป็นเกณฑ์หลักในการเลือกอาหารใส่บาตร

ส่วนความคิดเห็นที่ว่า ฆราวาสมีส่วนเกี่ยวข้องมากน้อยเพียงใดกับสุขภาพและโภชนาการของพระสงฆ์ ผู้เข้าร่วมสนทนาเห็นว่ามีส่วนเป็นอย่างมาก เพราะพระสงฆ์ไม่สามารถปฏิเสธอาหารที่ฆราวาสนำมาถวายได้ ด้วยอาจผิดต่อข้อปฏิบัติของพระสงฆ์ ซึ่งพระสงฆ์จะได้ฉันอาหารที่ไม่หลากหลาย บ่อยครั้งที่ผู้ร่วมสนทนาพบเห็นว่าฆราวาสมีความตั้งใจเลือกอาหารที่ดีที่สุดมาถวายต่อพระสงฆ์ แต่เป็นอาหารที่ดีที่สุดในความหมายด้านรสชาติที่ดีที่สุด เป็นอาหารจากร้านที่ได้รับความนิยมที่สุด มากกว่าอาหารที่ดีที่สุดต่อสุขภาพ

ด้านรูปแบบ เนื้อหา และช่องทางในการนำเสนอความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพและโภชนาการของพระสงฆ์ ผลการวิเคราะห์ผู้ชมกลุ่มฆราวาสพบว่า สื่อที่จะนำมาให้ความรู้ควรเข้าใจได้ง่าย ไม่ว่าจะเป็นภาพหรือข้อความ ตัวหนังสือน้อยๆ ใช้คำที่น่าสนใจ โดนใจ สะดุดหู เพื่อสร้างความจดจำได้ง่าย หากมีการใช้ภาษาถิ่นก็จะทำให้เข้าถึงและสื่อสารกันได้เข้าใจมากยิ่งขึ้น ต้องการสื่อที่สั้น กระชับ เช่น โฆษณาคลิปวิดีโอ 2 – 3 นาที เนื่องจากในปัจจุบันผู้ร่วมสนทนาใช้เวลารับชมสื่อผ่านทางโทรศัพท์มากกว่าโทรทัศน์ และสนใจสื่อสังคมออนไลน์มากกว่ารายการทีวี และระยะเวลาในการนำเสนอเรื่องราวของสื่อนั้น ๆ ก็เป็นปัจจัยหลักในการตัดสินใจเลือกดู สื่อจึงควรมีเนื้อหาไม่เกิน 10 – 15 นาที

ด้านความเห็นหรือความรู้สึกที่มีต่อคำว่า “สงฆ์ไทยไกลโรค” นั้น ผู้เข้าร่วมสนทนาเห็นว่า เป็นสิ่งที่ดีถ้าทำให้พระสงฆ์ไกลจากโรคได้ เพราะถ้าพระสงฆ์แข็งแรง ศาสนาก็จะแข็งแรง ทำให้ศาสนายังอยู่ได้ คุณภาพชีวิตของคนก็จะดีขึ้น เป็นการช่วยรัฐ ช่วยประเทศในอีกทางหนึ่ง

### กลุ่มพระสงฆ์

ผลการศึกษากลุ่มพระสงฆ์ พบข้อมูลด้านหลักการดูแลสุขภาพและโภชนาการของพระสงฆ์สรุปได้ว่า พระสงฆ์ใส่ใจในหลักโภชนาการ มีการหลีกเลี่ยงการฉันอาหารรสจัด ใช้หญ้าหวานแทนน้ำตาล งดการฉันน้ำปาดะที่มีน้ำตาลสูง เช่น น้ำหวาน น้ำอัดลม หรือแม้แต่กาแฟ 3 อิน 1 เป็นต้น มีการพิจารณาในการฉัน มีการให้ความรู้กับญาติโยมและพระภายในวัดด้วยกันเกี่ยวกับการใช้สารธรรมชาติแทนน้ำตาล เช่น หญ้าหวาน การเลี่ยงหรืองดอาหารรสจัด รวมไปถึงอาหารปลอดภัยพิษอีกด้วย ส่วนด้านกิจกรรมทางกายนอกเหนือจากกิจประจำวันอย่างการเดินบิณฑบาต การกวาดลานวัด ทำความสะอาดวัดต่าง ๆ ก็มีการทำกายบริหารบ้างตามท่าที่มีการอบรมมา และไม่ขัดต่อข้อปฏิบัติของสงฆ์ อันจะนำมาสู่ความไม่เหมาะสมหรือไม่สำรวม

ด้านปัญหาและอุปสรรคที่พบเจอเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพและโภชนาการของตนเองคือ พระสงฆ์ไม่สามารถปฏิเสธอาหารที่ฆราวาสนำมาถวายได้ พระสงฆ์จะได้ฉันอาหารที่ไม่หลากหลาย  
 รูตินัน บ. คอมมอน

เพราะอาหารที่ญาติโยมนำมาตักบาตรในตอนเช้า โดยเฉพาะแกงถุงส่วนใหญ่ถ้าไม่บูดไม่เสียไปเสียก่อนก็จะเป็นอาหารที่จะใช้ในการฉันเพลต่อไป อาหารเช้าและเพลเป็นอาหารอย่างเดียวกันทำให้ขาดความหลากหลายทางคุณค่าสารอาหาร ฉันอาหารไม่ครบ 5 หมู่ ญาติโยม หรือแม้แต่พระโดยทั่วไปยังขาดความรู้ ยังไม่เข้าใจในเรื่องอาหาร หากพระไม่ฉันอาหารที่นำมาถวายญาติโยมก็จะเสียใจ น้อยใจ ไม่เข้าใจพระบางครั้งมองว่าพระเรื่องมากเกินไป ส่วนโรคประจำตัวของพระที่พบได้มากคือ โรคเบาหวาน โรคความดัน และโรคไต

ด้านรูปแบบ เนื้อหา และช่องทางในการนำเสนอความรู้เกี่ยวกับการดูแลโภชนาการนั้น พระสงฆ์ผู้เข้าร่วมสนทนาเห็นว่าควรมีองค์กรสื่อ หรือองค์กรใหญ่ๆ ที่มีศักยภาพสามารถผลักดันให้เกิดการเปลี่ยนแปลงแก่สังคมได้มาร่วมกันเผยแพร่ให้ความรู้กับประชาชนเพื่อให้เกิดการปรับเปลี่ยนทัศนคติในเรื่องการทำบุญ ใส่ใจประโยชน์ของสุขภาพมากขึ้น สื่อที่อยากได้ คือ พวกโปสเตอร์ ที่ให้ความรู้เกี่ยวกับโภชนาการ อาหารหลัก 5 หมู่ นำเพื่อติดให้ความรู้ตามวัด ตามศาลาที่ใช้จัดงานต่างๆ ตามหอฉัน หรือเป็นสื่อที่นำเสนอผ่านทางสื่อสังคมออนไลน์ (Social Media) สื่อออนไลน์ ด้วยในความจริงแล้วพระสงฆ์ก็เหมือนฆราวาส กล่าวคือ ฆราวาสใช้สื่ออะไรพระก็ใช้สื่อนั้น ฆราวาสใช้สื่อสังคมออนไลน์ พระสงฆ์ก็ใช้สื่อสังคมออนไลน์เช่นกัน

ในส่วนของเนื้อหารายการที่หากมีพระสงฆ์เป็นผู้ดำเนินเรื่องก็สามารถทำได้ แต่ควรมีพระผู้ใหญ่หรือพระระดับผู้ปกครองเป็นที่ปรึกษาให้คำแนะนำเกี่ยวกับความเหมาะสมต่อภาพที่จะนำเสนอออกไป หากมีผู้เชี่ยวชาญหรือมีความรู้ด้านโภชนาการมาถ่ายทอดความรู้ก็จะยิ่งดี

ด้านความเห็น หรือความรู้สึกที่มีต่อคำว่า “สงฆ์ไทยไกลโรค” นั้น พระสงฆ์ผู้เข้าร่วมสนทนาเห็นว่าเป็นสิ่งที่ดี ฟังดูดี เหมาะสมและไม่ได้ขัดข้องอะไร ส่วนสิ่งที่อยากฝากบอกกับฆราวาสเกี่ยวกับอาหารและโภชนาการของพระสงฆ์ ผู้เข้าร่วมสนทนาเห็นว่าหากอยากให้ศาสนามั่นคงต้องทำให้สงฆ์ไทยไกลโรค อยากฝากภาครัฐเห็นความสำคัญ การให้ความรู้กับประชาชนควรเป็นในรูปแบบที่ต่อเนื่อง และยั่งยืน อยากให้เลือกสรรของที่นำมาทำบุญ ให้ใส่บาตร ใส่อาหารด้วยศรัทธา ไม่ต้องมีความพิเศษใดๆ เช่น อร่อยที่สุด หากินยากที่สุด

## 1.2 การออกแบบและพัฒนารายการ

ทีมงานผลิตรายการได้นำข้อมูลที่ได้จากการสำรวจวิเคราะห์จากผู้ชมข้างต้นมานำเสนอในการประชุมทีมงาน เพื่อออกแบบโครงสร้างรายการและกรอบเนื้อหารายการ พัฒนาเป็นแนวความคิดและโครงสร้างรายการ จากนั้นจึงนำเสนอให้คณะกรรมการและที่ปรึกษาโครงการพิจารณาให้ข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์ นำผลประเมินและข้อเสนอแนะมาปรับปรุงแก้ไขแนวความคิดและโครงสร้างรายการจนได้ข้อสรุปดังนี้

### แนวความคิดรายการและกลุ่มผู้ชมเป้าหมาย

แนวความคิดรวบยอด (Concept) ของรายการสงฆ์ไทยไกลโรคคือ การสื่อสารสุขภาพ (Health Communication) ผ่านการนำเสนอสาระความรู้เกี่ยวกับโภชนาปัญหา ภายใต้กรอบเนื้อหา โภชนา ปานะ กายะ กิจกรรม ที่ถ่ายทอดและต่อยอดองค์ความรู้จากงานวิจัย การขับเคลื่อนมุ่งเป้าเพื่อสื่อสารโภชนาปัญหา “สงฆ์ไทยไกลโรค” สู่พระสงฆ์ ซึ่งได้รับทุนสนับสนุนการวิจัยจาก สำนักงานกองทุน

สนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) โดยรายการสงฆ์ไทยไกลโรค มีรูปแบบการนำเสนอในลักษณะรูปแบบรายการที่ให้ความรู้และข้อมูลเกี่ยวกับสุขภาพแบบเข้าใจง่าย และสร้างแรงบันดาลใจในการดูแลสุขภาพ ผสมผสานระหว่างรูปแบบรายการสาระและบันเทิงเข้าไว้ด้วยกัน (Infotainment / Edutainment) มุ่งสื่อสารแก่กลุ่มผู้ชมอายุ 25 ปี ขึ้นไป โดยแบ่งเป็นสามกลุ่มย่อย คือกลุ่มพระสงฆ์และสามเณร กลุ่มฆราวาสที่มีพฤติกรรมการใส่บาตรเป็นประจำ กลุ่มแม่ครัวและพ่อครัวที่ประกอบอาหารในวัดและสถาบันสงฆ์

#### วัตถุประสงค์ของรายการ

วัตถุประสงค์หลักของรายการคือ 1. สร้างความรู้ ความเข้าใจ และความตระหนักด้านการดูแลสุขภาพ 2. สร้างแรงบันดาลใจผ่านเรื่องราวของบุคคลและชุมชนต้นแบบด้านสุขภาพ 3. ส่งเสริมความสัมพันธ์และสร้างเครือข่ายภาคีเพื่อขับเคลื่อนการส่งเสริมสุขภาพแด่กลุ่มพระสงฆ์ และ 4. สนับสนุนการขับเคลื่อนธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติ

#### โลโก้รายการ

ด้านองค์ประกอบภาพและเสียง รายการสงฆ์ไทยไกลโรคใช้โลโก้รายการที่ประกอบด้วยสามสีหลัก คือ เขียว ขาว ส้ม ซึ่งเป็น Theme สีหลักของรายการ โดยแต่ละสีมีความหมายเป็นตัวแทนของส่วนประกอบต่างๆในพุทธศาสนา กล่าวคือ

สีส้ม คือ สีตัวแทนของพระสงฆ์

สีขาว คือ สีแห่งบุญกุศลที่เกิดจากการดูแลสืบอายุพระพุทธศาสนา

สีเขียว เปรียบเสมือนสีแห่งธรรมชาติ คือ ชีวิตของฆราวาสที่ดำเนินไปตามครรลองธรรม

โลโก้รายการใช้คำว่า สงฆ์ไทยไกลโรค เป็นตัวอักษรขนาดใหญ่เพื่อให้โดดเด่นสะดุดตา เปรียบเสมือนเป็นการสร้างแบรนด์ให้แก่โครงการสงฆ์ไทยไกลโรค ได้โลโก้มีความด้านล่างสีขาวว่า อโรคยา ปรมาลาภา ซึ่งเป็นพระพุทธรูปที่หมายความว่า ความไม่มีโรคเป็นลาภอันประเสริฐ



รูปที่ 1: โลโก้รายการสงฆ์ไทยไกลโรค

ที่มา: โครงการผลิตรายการสงฆ์ไทยไกลโรค

โลโก้รายการที่ออกแบบมานี้ได้รับการนำไปเสนอแก่ผู้เชี่ยวชาญด้านกราฟิกและการออกแบบ รวมทั้งนำเสนอแก่ คณะกรรมการและที่ปรึกษาโครงการ จากนั้นนำข้อแนะนำต่างๆที่ได้รับมาปรับปรุง อาทิ มีการแนะนำให้ปรับองค์ประกอบเชิงของตัวอักษรให้ลาดเอียงน้อยลง เพื่อให้เกิดความสบายตาในการมอง ปรับสีให้เข้มขึ้นและให้สีส้มมีความใกล้เคียงกับสีจีวรของพระสงฆ์มากขึ้น

### กรอบเนื้อหารายการ

กรอบเนื้อหาของรายการสงฆ์ไทยไกลโรคจำนวน 100 ตอน ได้รับการออกแบบเพื่อวัตถุประสงค์ในการสื่อสารข้อมูลและเรื่องราวที่สร้างแรงบันดาลใจต่อการดูแลสุขภาพแต่พระสงฆ์และฆราวาส โดยมีเนื้อหาที่แบ่งออกเป็น Theme ต่างๆ ได้แก่

1. ปันรู้สู่ออ นำเสนอองค์ความรู้ที่ได้จากงานวิจัยของโครงการสงฆ์ไทยไกลโรค โดยมีหัวหน้าโครงการสงฆ์ไทยไกลโรค คือ ศาสตราจารย์ ดร. เกสัชกรหญิง จงจิตร อังคทะวานิช เป็นผู้ดำเนินรายการหลัก นำเสนอเนื้อหาเกี่ยวกับสถานการณ์สุขภาพของพระสงฆ์และหลักในการดูแลสุขภาพแต่พระสงฆ์ นำเสนอแบบเป็นกันเองด้วยข้อมูลง่ายๆ ประกอบอินโฟกราฟิกเพื่อช่วยสร้างความเข้าใจและความเพลิดเพลินในการรับชม

2. เพื่อนบุญ ถ่ายทอดเรื่องราวที่มีประโยชน์และประเด็นที่มีความสำคัญต่อสุขภาพของพระสงฆ์ สามเณรและฆราวาส โดยมีแขกรับเชิญที่มีความเชี่ยวชาญในประเด็นต่างๆเป็นผู้ถ่ายทอดความรู้ เปรียบเสมือน เพื่อนบุญของรายการที่มาให้ความรู้และคำแนะนำที่เป็นประโยชน์ต่อสุขภาพในด้านต่าง ๆ เช่น นพ. ชานี จิตตปริยเสริฐ ผู้อำนวยการโรงพยาบาลสงฆ์ นพ. รุ่งเรือง กิจผาติ ที่ปรึกษาระดับกระทรวง (ระดับ 10) นายแพทย์ทรงคุณวุฒิ และโฆษกกระทรวงสาธารณสุข คุณชนันท์ เอกวิจิตร นักร้องและนักแต่งเพลงชื่อดัง

3. ใส่ใจใส่บาตร นำเสนอข้อมูลที่มีประโยชน์ต่อการเลือกซื้อและประกอบอาหารถวายแด่พระสงฆ์ เมนูและวิธีการประกอบอาหารที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพของกลุ่มคนต่าง ๆ อาทิ เมนูสำหรับผู้ป่วย NCDs เมนูสำหรับผู้สูงวัยและพระสงฆ์สูงวัย เมนูสำหรับเด็กและสามเณร

4. ครว้ต้นแบบ นำเสนอความรู้เกี่ยวกับหลักครว้ต้นแบบ ครว้และอาหารปลอดภัย โดยมีการบริหารโครงการ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ทิพย์เนตร อริยปิณฑน์ เป็นผู้ดำเนินรายการ นำเสนอประกอบการสาธิตเกี่ยวกับครว้ปลอดภัย อาทิ วิธีการเตรียมวัตถุดิบและอุปกรณ์ประกอบการอาหาร ในรูปแบบที่เข้าใจง่ายและเป็นกันเอง

5. บวรและชุมชนบุญ ถ่ายทอดเรื่องราวความรู้และแนวปฏิบัติที่ดีของการดูแลสุขภาพภายใต้หลักบวรของ โรงพยาบาล วัด และชุมชน ที่เป็นภาคีเครือข่ายของโครงการสงฆ์ไทยไกลโรคทั้ง 4 ภูมิภาค จำนวน 10 จังหวัด คือ เชียงใหม่ ลำพูน ศรีสะเกษ ขอนแก่น นครราชสีมา ตรัง จันทบุรี สระบุรี นครนายก นนทบุรี

6. สงฆ์ไทยไกลโรค The Rangers นำเสนอความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพผ่านการทำงานจิตอาสาในพื้นที่วัดและชุมชนของทีมงานโครงการสงฆ์ไทยไกลโรค ที่เรียกว่า The Rangers เช่น การลงพื้นที่ให้ความรู้ด้านโภชนาการแก่เด็ก ๆ ที่มาเรียนที่วัดในวันอาทิตย์ การจัดอบรมเชิงปฏิบัติการแก่สามเณรเกี่ยวกับความสำคัญของรอบเอวและการดูแลสุขภาพ

ด้านความยาวของรายการสงฆ์ไทยไกลโรคนั้น ตามโจทย์ที่ได้รับมาจากผู้ให้ทุนกำหนดให้ผลิตในรูปแบบของรายการโทรทัศน์ความยาว 25 – 30 นาที และออกอากาศทางสถานีโทรทัศน์ WBTV ซึ่งเป็นโจทย์ที่ผู้ผลิตต้องดำเนินงานตาม อย่างไรก็ตาม เพื่อให้สอดคล้องกับพฤติกรรมของผู้รับสารในปัจจุบันและสอดคล้องกับผลการศึกษากลุ่มผู้รับสาร ที่ระบุว่าต้องการสื่อที่มีลักษณะเป็นคลิปวิดีโอขนาดเล็กเพื่อใช้เปิดรับชมทางช่องทางออนไลน์ ทีมงานผลิตรายการสงฆ์ไทยไกลโรคจึงได้จัดทำเนื้อหาสื่อลักษณะคลิปสั้นดังกล่าวขึ้นมาจำนวน 7 ตอน ที่ใช้ชื่อว่า ปันรู้สู่ออ โดยจัดทำเป็นคลิปวิดีโอความยาว 5 นาที ที่สามารถรับชมได้เดี่ยวๆ ขณะเดียวกันก็นำไปใส่ไว้เป็นช่วงหนึ่งของรายการเต็มที่มีความยาวและรูปแบบตามที่คุณให้ทุนกำหนดไว้ด้วย

## 2. การประเมินผลรายการสงฆ์ไทยไกลโรค

ผลการประเมินเนื้อหาและคุณภาพรายการโดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน ซึ่งเป็นนักวิชาการด้านการสื่อสารและการออกแบบสื่อ และพระสงฆ์นักพัฒนาที่ใช้สื่อเป็นเครื่องมือในการสื่อสารพัฒนาด้านสุขภาพ ถือเป็นกลุ่มผู้ทรงคุณวุฒิที่ประกอบด้วยความหลากหลายด้านเพศ ช่วงวัย ความเชี่ยวชาญด้านสื่อ และประสบการณ์บวชเป็นพระ กล่าวคือ เพศหญิง 2 ท่าน เพศชาย 2 ท่าน ในที่นี้เคยบวชเรียน 1 ท่าน และไม่เคยบวชเรียน 1 ท่าน และพระสงฆ์นักพัฒนา 1 รูป รวมทั้งสิ้น 5 ท่าน โดยแต่ละท่านได้รับชมตัวอย่างรายการ 2 แบบ คือ รูปแบบคลิปวิดีโอสั้นปันรู้สู่ออความยาว 5 นาที และรูปแบบรายการโทรทัศน์ความยาว 25 – 30 นาที ตอนปั่นโตสุขภาพ จังหวัดขอนแก่น และตอนบวรเกื้อกันเกื้อกูล วัดไผ่เหลือง จากนั้นจึงประเมินรายการด้านคุณภาพเนื้อหาและคุณภาพการผลิต ซึ่งสรุปผลการประเมินได้ดังนี้

### คุณภาพของเนื้อหารายการ

ผลการประเมินด้านคุณภาพของเนื้อหารายการ ซึ่งประกอบด้วย ความน่าสนใจและประโยชน์ของเนื้อหาที่มีต่อสุขภาพของพระสงฆ์และฆราวาสสรุปได้ว่า ผู้ทรงคุณวุฒิมีความเห็นตรงกันว่า เนื้อหาของรายการมีความน่าสนใจและเป็นประโยชน์ สามารถถ่ายทอดความรู้ด้านสุขภาพออกมาแบบเข้าใจได้ง่าย ในส่วนของคลิปวิดีโอสั้น ปันรู้สู่ออ นั้น มีอินโฟกราฟิกที่น่าสนใจ ช่วยสร้างความเข้าใจและก่อให้เกิดการจดจำได้ง่าย และผู้ดำเนินรายการดูมีความน่าเชื่อถือ มีลีลาการนำเสนอที่น่าสนใจ รายการสามารถสื่อสารข้อมูลด้านสุขภาพได้อย่างน่าดึงดูดใจ เนื้อหาช่วยสร้างความตระหนักในการส่งเสริมทั้งสุขภาพของฆราวาสและพระสงฆ์

ในส่วนของประโยชน์ที่ได้รับจากเนื้อหารายการ ผู้ประเมินมีความเห็นตรงกันว่า เนื้อหารายการส่งเสริมการดูแลสุขภาพแด่พระสงฆ์และฆราวาส และถ่ายทอดเรื่องราวของคนทำงานส่งเสริมสุขภาพแด่พระสงฆ์และชุมชน ผู้ประเมินเห็นว่าเนื้อหารายการช่วยสร้างความตระหนักด้านสุขภาพทั้งแก่ฆราวาสและพระสงฆ์ อาทิ วิธีการเลือกอาหารใส่บาตร การพิจารณาอาหาร ซึ่งมีส่วนช่วยสร้างแรงกระตุ้นไปสู่การเกิดพฤติกรรมที่ดีต่อสุขภาพ เมื่อดูแล้วทำให้ตระหนักถึงการเลือกรับประทานอาหารและการเลือกอาหารใส่บาตรว่า ควรเลือกอาหารที่สดเค็ม เพื่อลดการเกิดโรคไต และยังทำให้รู้สึกว่าการไปเวลาใส่บาตรก็ต้องตระหนักถึงสุขภาพของผู้อื่น โดยเฉพาะอย่างยิ่งพระสงฆ์ ซึ่งท่านไม่มีโอกาสเลือกหรือไม่มีสิทธิ์ที่จะเลือกรับประทาน เวลาที่ญาติโยมให้อะไรใส่บาตรมาท่านก็ต้องฉันตามนั้น

ผู้ทรงคุณวุฒิมีความเห็นว่า เนื้อหาที่ได้รับชมมีส่วนสร้างการเปลี่ยนแปลงด้านทัศนคติและมุมมองที่มีเกี่ยวกับสุขภาพ และมีแนวโน้มส่งผลในการเปลี่ยนแปลงด้านพฤติกรรม แต่อย่างไรก็ตาม การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมต้องอาศัยปัจจัยอื่น ๆ ด้านสิ่งแวดล้อมในการส่งเสริมประกอบด้วย

### คุณภาพการผลิต

ด้านคุณภาพของเนื้อหาการผลิตและความน่าสนใจของรูปแบบการนำเสนอ ผู้ทรงคุณวุฒิประเมินรายการมีความเห็นสรุปได้ว่า รูปแบบรายการลักษณะคลิปวิดีโอสั้นแบบป็นรู้สู่ใจความยาว 5 นาที มีรูปแบบการนำเสนอที่น่าสนใจ เหมาะสมกับพฤติกรรมการรับชมของผู้บริโภคในปัจจุบันที่ชอบรับชมเนื้อหาสื่อบนมือถือสั้น ๆ ส่วนรายการเต็มที่มีความยาว 25 – 30 นาที ในลักษณะสารบบทั้งนั้นช่วยให้ความรู้ได้ดี แต่อาจไม่เหมาะสมกับพฤติกรรมการรับชมของผู้บริโภคในปัจจุบันและขาดความดึงดูดใจให้คนเปิดรับได้จนจบ

โดยรวมกล่าวได้ว่า รูปแบบรายการมีความน่าสนใจ สามารถดูไปเรื่อย ๆ ได้ ไม่น่าเบื่อ มีการใช้เทคนิคการเคลื่อนที่กล้องหลากหลายเพื่อไม่ให้ภาพนิ่งเกินไป และมีการใช้อินโฟกราฟิกมาช่วยย่อยข้อมูลและอธิบายเรื่องยาก ๆ ให้เข้าใจได้ง่ายขึ้นและน่าติดตาม เล่าเรื่องด้วยภาพได้ดี ผู้ดำเนินรายการมีความน่าเชื่อถือ ดำเนินรายการได้คล่องแคล่ว น่าติดตาม

ผู้ทรงคุณวุฒิมีความเห็นว่า ทีมงานผู้ผลิตรายการมีความตั้งใจในการทำงาน ให้ความสำคัญกับรายละเอียดของงานมาก การตัดต่อมีความทันสมัย ผู้ดำเนินรายการมีความสามารถและมีบุคลิกดี งานกราฟิกสวยงาม ใส่ใจในรายละเอียด แต่สิ่งที่ข้ออาจทำให้อ่านยากและบางครั้งดูคลืนไปกับพื้นหลังฉาก

### ข้อเสนอแนะในการพัฒนาเนื้อหารายการ

สำหรับข้อเสนอแนะในการพัฒนาเนื้อหารายการสงฆ์ไทยไกลโรคที่ผู้ทรงคุณวุฒิแนะนำได้แก่

- สำหรับตอนป็นโตสุขภาพที่นำเสนอเรื่องราวของชุมชนบุญในจังหวัดขอนแก่นนั้น ตรงส่วนที่นำเสนอบทสัมภาษณ์เป็นภาษาอีสานควรมีการจัดทำ Subtitle เป็นภาษากลางเพราะผู้ชมบางคนอาจฟังภาษาอีสานไม่ออก

- ควรมีการจัดทำ AD (Audio description) และ CC (Closed caption) ได้จะทำให้คนพิการทางการมองเห็นและทางการได้ยินสามารถเข้าถึงเนื้อหาของรายการได้ และทำให้รายการนี้สามารถเข้าถึงผู้ชมได้ทุกกลุ่ม

- รายการสามารถผลิตเนื้อหาเกี่ยวกับพระสงฆ์ได้เพิ่มเติมอีก ตัวอย่างเช่น หากไปสำรวจดูในกุฏิซึ่งจะพบว่า มีเครื่องเต็มจำพวกนมเปรี้ยว นมหวานจำนวนมาก รวมทั้งของแห้งที่เก็บไว้ โดยพระสงฆ์ท่านอาจไม่มีเวลาจัดของ กุฏิของท่านจะกลายเป็นที่เก็บของ ซึ่งเป็นอาหารที่ทำให้ท่านไกลโรค ซึ่งก็เป็นเพราะโยมนำมาถวายนั่นเอง

- รายการควรมีการนำพระสงฆ์ที่สามารถมาร่วมคุย สนทนา หรือเป็นพิธีกรร่วมกัน เพื่อสะท้อนให้เห็นมุมมองของพระ ซึ่งน่าจะสร้างความสนุกสนานได้

- โครงการควรผลิตเนื้อหาแบบคลิปสั้น ๆ ด้วย เพราะพฤติกรรมผู้ชมเปลี่ยนไป เนื้อหาที่มีความยาวปัจจุบันนี้มีเพียงแต่รายการซีรีส์เท่านั้นคนจึงจะติดตาม ส่วนเนื้อหาที่เป็นสาระ หรือสารบบทั้งนั้นควรทำเนื้อหาสั้น ๆ เพื่อนำเสนอตอนละเพียงแค่ประเด็นเดียว ตัวอย่างเช่น ตอน ปันรู้สู่

จอ เองก็ยังมีความอดทนด้วยข้อมูล ซึ่งในความจริงแล้วสามารถนำเอาประเด็นย่อย ๆ ในนั้นออกมานำเสนอแยกได้อีก

- ในส่วนของชื่อ สงฆ์ไทยไกลโรค เป็นชื่อที่มีความสะกิดใจ เป็นชื่อที่สามารถขายได้ และควรนำเสนอให้เห็นมุมมองจากพระสงฆ์ด้วย

### 3. การประเมินผลการทำงานของทีมสงฆ์ไทยไกลโรค

จากการประชุมถอดบทเรียนทีมผลิตรายการซึ่งประกอบด้วย ผู้ประสานงาน ทีมสร้างสรรค์ ทีมผลิต ทีมออกแบบกราฟิกและตัดต่อ รวมทั้งผู้ดำเนินรายการ จำนวนทั้งสิ้น 10 คน ผลจากการสรุปบทเรียนการทำงานซึ่งอ้างอิงจากเอกสารรายงานการประชุมที่งานพบว่า สมาชิกในทีมผลิตรายการมีความเห็นร่วมกันว่า การผลิตรายการสงฆ์ไทยไกลโรคเป็นพื้นที่ในการเรียนรู้ร่วมกันในการพัฒนาตนเอง สร้างความเป็นทีม ถือเป็นการทำงานข้ามศาสตร์ข้ามศิลป์ กล่าวคือ ผู้ที่มีความเชี่ยวชาญด้านสายการผลิตสื่อได้มีโอกาสเรียนรู้ด้านสุขภาพ ขณะเดียวกันผู้เชี่ยวชาญและมีความรู้ด้านสุขภาพและโภชนาการก็ได้มีโอกาสเรียนรู้ทักษะใหม่ในการสื่อสารและการผลิตสื่อ โดยตลอดระยะเวลาสองปีครึ่งของโครงการผลิตรายการสงฆ์ไทยไกลโรคมีสิ่งทีทีมงานได้เรียนรู้ทั้งที่เกี่ยวข้องกับประเด็นเนื้อหาของการทำงานเพื่อขับเคลื่อนส่งเสริมสุขภาพพระสงฆ์ และยังก่อให้เกิดความตระหนักเกี่ยวกับสุขภาพที่เกี่ยวข้องกับพระสงฆ์ ตนเองและผู้คนรอบข้างที่ใกล้ชิด ทีมงานมีความรู้สึกดีใจที่รายการที่ตนผลิตรายการมีบทบาทในการเปลี่ยนมุมมองด้านสุขภาพแก่ทั้งผู้ชมและสมาชิกของทีมงาน

นอกจากนี้แล้วการทำงานผลิตรายการสงฆ์ไทยไกลโรคยังมีส่วนช่วยสร้างความตระหนักด้านสุขภาพแก่ทีมงานทั้งในด้านที่เกี่ยวกับพระสงฆ์ ครอบครัว คนรอบข้าง รวมทั้งการปรับพฤติกรรมด้านสุขภาพของตนเอง โดยทีมงานบางส่วนหันมาควบคุมโภชนาการ ออกกำลังกาย สามารถลดน้ำหนักตนเองลงได้ และมีความรู้สึกที่ตนเองสุขภาพแข็งแรงมากขึ้น รวมทั้งยังนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปขยายผลต่อแต่สมาชิกในครอบครัว ทั้งเรื่องการดูแลสุขภาพตนเองและการเลือกอาหารใส่บาตรถวายแด่พระสงฆ์

ทีมงานทุกคนเห็นพ้องตรงกันว่า ศาสตราจารย์ ดร. เกสัชกรหญิง จงจิตร อังคทะวานิช ซึ่งเป็นหัวหน้าโครงการสงฆ์ไทยไกลโรค ถือเป็นต้นแบบด้านโภชนาการที่ดีอย่างมากสำหรับทีมงาน ขณะเดียวกันสภาพของสิ่งแวดล้อมที่ทีมงานลงพื้นที่ในการทำงานก็มีส่วนสร้างการสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพที่ดี อาทิ การลงไปถ่ายทำที่จังหวัดตรัง ซึ่งทีมงานได้ไปกินข้าวที่วัดร่วมกับทีมพยาบาลของโรงพยาบาลจังหวัดตรัง ปั่นโตที่นำมาที่วัดมีแต่อาหารเพื่อสุขภาพและเน้นอาหารที่เป็นผัก สิ่งแวดล้อมเหล่านี้มีส่วนช่วยส่งเสริมทัศนคติที่ดีต่อการดูแลสุขภาพ ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม นอกจากนี้แล้วยังทำให้รู้สึกที่ตัวเองมีสุขภาพที่ดีขึ้นอีกด้วย

ในการทำงานครั้งนี้มีสมาชิกทีมงานหลายคนที่ไม่ได้เรียนจบด้านนิเทศศาสตร์หรือมีประสบการณ์ในการทำงานผลิตสื่อมาก่อน การทำงานครั้งนี้จึงถือเป็นการเรียนรู้สิ่งใหม่และทักษะใหม่ รวมทั้งการบูรณาการทักษะความรู้เดิมเข้ากับประสบการณ์ทำงานด้านการผลิตสื่อ ทีมงานที่ไม่มีประสบการณ์ทำงานสื่อและไม่ได้เรียนมาทางสายนิเทศศาสตร์เหล่านี้ ได้รับบทบาทให้ทำหน้าที่พิธีกรรายการ ซึ่งเป็นงานใหม่ที่ได้เปิดโอกาสในการเรียนรู้ จากประสบการณ์ที่ต้องอยู่หน้ากล้อง ทำให้ทีมงานมีความเข้าใจกระบวนการผลิตสื่อมากขึ้น รวมทั้งรู้สึกว่าได้เกิดการพัฒนาตนเอง

ทีมงานผลิตรายการสงฆ์ไทยไกลโรคมีความหลากหลายทั้งด้าน เพศ วัย การศึกษา และ ศาสนา โดยมีทั้งที่นับถือพุทธ คริสต์ และที่เป็นอิสลาม การทำงานร่วมกันถือเป็นการเรียนรู้ความหลากหลายแตกต่างของวิถีปฏิบัติทางศาสนา ตัวอย่างเช่น ในการลงพื้นที่ถ่ายทำกรณีที่มีพระสงฆ์ร่วม ฉากด้วย ทีมงานที่เป็นมุสลิมจะมีเรียนรู้และมีวิธีการในการปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ที่เป็นการแสดงความเคารพพระสงฆ์ตามธรรมเนียมชาวพุทธ โดยให้ตนเองแสดงความเคารพให้เกียรติ โดยไม่ขัดต่อหลักศาสนาด้วย ทั้งนี้อยู่ภายใต้ความเคารพให้เกียรติพระสงฆ์เสมือนกับผู้ใหญ่ที่ตนเคารพ ทีมงานให้ความเห็นว่า สุขภาพและการทำความดีไม่มีเส้นแยกความเชื่อทางศาสนา โดยทีมงานมองว่า พระสงฆ์ก็คือนมนุษย์ที่มีวัตรปฏิบัติเฉพาะของท่าน ท่านอาจจะมั่งรู้เรื่องที่ไม่รู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ อาจมีความกังวลใจ หรืออาจมีปัญหาก็บางครั้งตัวท่านเองก็ไม่สามารถที่จะบอกใครหรือแก้ปัญหาได้ เพราะฉะนั้นการที่จะก่อให้เกิดการเกื้อกูลกันจริง ๆ ระหว่างพระสงฆ์และฆราวาสก็คือการที่ต้องมีความเข้าใจกัน และสื่อสารให้เกิดความเข้าใจซึ่งกันและกันว่า พระสงฆ์เองก็ต้องการความช่วยเหลือในเรื่องใดบ้าง ซึ่งอาจไม่ใช่แค่เรื่องสุขภาพกายอย่างเดียว แต่อาจมีเรื่องของสุขภาพใจด้วย

ด้านความท้าทายในการทำงานและอุปสรรคที่ช่วยสร้างการเรียนรู้ในการทำงานนั้น การผลิตรายการสงฆ์ไทยไกลโรคอาศัยทีมงานจากหลายภาคส่วนที่มาร่วมกันโดยที่บางคนไม่เคยพบเจอกันมาก่อน ในด้านเทคนิคและเทคโนโลยีที่ใช้ในการรับส่งและจัดเก็บไฟล์จึงเกิดอุปสรรคปัญหาในการเข้าถึงระบบและการบริหารจัดการระบบอยู่บ้างในช่วงแรกของการทำงาน ต้องอาศัยการแก้ปัญหาเฉพาะหน้าและค่อย ๆ ปรับเทคนิควิธีการจนเริ่มเป็นระบบ นอกจากนี้ทีมถ่ายทำและทีมตัดต่อยังเป็นคนละทีมกัน ต้องทำงานแข่งกับเวลา บางครั้งงานที่ถ่ายทำมาก็สร้างความไม่สะดวกในขั้นตอนของการตัดต่อ ต้องมีการสะท้อนข้อมูลกลับเพื่อนำไปปรับปรุงการทำงานกันของทุกฝ่าย ซึ่งสมาชิกของทีมผลิตรายการเห็นว่า ทุกอุปสรรคปัญหาคือการเรียนรู้ร่วมกัน

ส่วนข้อเสนอแนะในการพัฒนาการทำงานต่อไปจากทีมงานได้แก่

- ควรมีการผลิตเนื้อหาที่มีความกระชับ สั้น ๆ ให้เหมาะสมกับพฤติกรรมการเปิดรับสื่อของคนปัจจุบัน
- ควรมีการผลิตเนื้อหาที่มีการใช้ภาษาถิ่นหรือมีสิ่งที่เป็นความเฉพาะทางของภูมิภาคของกลุ่มคน ที่จะทำให้เข้าถึงง่ายมากขึ้น
- เสนอให้ปรับรูปแบบการนำเสนอให้มีความเป็นวัยรุ่นมากขึ้นเพื่อเจาะกลุ่มคนรุ่นใหม่

สุดท้ายคือ ในด้านการสร้างทีมและความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของทีม นั้น ทีมงานทุกคนให้ความเห็นว่า รู้สึกถึงความเป็นทีม รู้สึกได้และรับรู้ได้ว่ามีทีมสงฆ์ไทยไกลโรคเกิดขึ้น และมีความรู้สึกที่ตนเองเป็นส่วนหนึ่งของทีม แม้บางคนในทีมอาจแทบไม่เคยพบหน้ากันจริง ๆ เพราะมีการทำงานแยกส่วนกัน อาทิ ฝ่ายผลิต ฝ่ายกราฟิกและตัดต่อ แต่ทุกคนรู้สึกที่ตนเองเป็นส่วนหนึ่งของทีมสงฆ์ไทยไกลโรค ซึ่งการพัฒนาทีมนี้ถือเป็นหนึ่งในเป้าประสงค์หลักของโครงการผลิตรายการสงฆ์ไทยไกลโรคที่ สสส. ซึ่งเป็นผู้ให้ทุนให้ความสำคัญ

## อภิปรายผลการวิจัย

รายการสงฆ์ไทยไกลโรค เป็นรายการโทรทัศน์ที่ได้รับการสนับสนุนงบประมาณโดยสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) พัฒนาและสร้างสรรค์ขึ้นภายใต้กรอบแนวคิดของบทบาทหน้าที่สื่อในด้านต่าง ๆ โดยเมื่อพิจารณาจากแนวคิดบทบาทหน้าที่ของสื่อมวลชนของ Harold Lasswell (อ้างถึงใน Kaid, L. and Holtz-Bacha C., 2008) และ Denis McQuail (อ้างถึงใน McQuail และ Deuze, 2020) ที่ได้กล่าวถึงไว้แล้ว สามารถอธิบายได้ว่า จุดมุ่งหมายของรายการสงฆ์ไทยไกลโรคคือ เพื่อทำหน้าที่ในการสังเกตการณ์ สอดส่องระวังระไวสภาพแวดล้อมในสังคม ผ่านการสำรวจสภาพปัญหาด้านสุขภาพของพระสงฆ์และสามเณรในประเทศไทย การแสวงหาและรายงานข่าวสาร ข้อมูลความเคลื่อนไหวของเหตุการณ์เกี่ยวกับสภาวะสุขภาพให้สมาชิกของสังคมทั้งพระสงฆ์และฆราวาสได้รับรู้ และตระหนักถึงปัญหา โดยได้ทำหน้าที่ในการให้ข่าวสาร และทำหน้าที่ในการประสานส่วนต่าง ๆ ในสังคมให้เกิดความตระหนักด้านสุขภาพของพระสงฆ์ รายการสงฆ์ไทยไกลโรคได้ทำหน้าที่ประการนี้ผ่านการนำเสนอความคิดเห็นและข้อเสนอแนะ รวมทั้งทำหน้าที่ในการเป็นพื้นที่แลกเปลี่ยนความคิดเห็นหรือการชักจูงใจให้สังคมหันมาตระหนัก ให้ความสำคัญ และช่วยกันแก้ไขปัญหาด้านสุขภาพของพระสงฆ์ ในการนี้ รายการสงฆ์ไทยไกลโรค ถือเป็นสื่อทำหน้าที่ในการให้ข่าวสาร ประสานสัมพันธ์ สร้างความต่อเนื่องทางสังคม สร้างความเพลิดเพลิน และยังเป็นเครื่องมือในการณรงค์ทางสังคม ด้านสุขภาพและศาสนา ตามแนวคิดบทบาทหน้าที่ของสื่อมวลชน

นอกจากนี้ รายการสงฆ์ไทยไกลโรค ยังเป็นการสื่อสารสุขภาพแด่พระสงฆ์และฆราวาส เพื่อส่งเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพ ดังที่ Don Nutbeam (1998) ได้ให้นิยามของคำนี้ไว้ว่า หมายถึงสติปัญญาและทักษะทางสังคมที่ทำให้บุคคลมีแรงขับและความสามารถในการเข้าถึงเข้าใจและสามารถใช้ข้อมูลข่าวสารเพื่อส่งเสริมและรักษาสุขภาพที่ดีได้ ในที่นี้ รายการสงฆ์ไทยไกลโรคทำหน้าที่สื่อที่มีบทบาทในการสื่อสารเพื่อส่งเสริมความรอบรู้ทางสุขภาพผ่านการประยุกต์ศาสตร์และแนวทางปฏิบัติที่เกี่ยวกับการใช้กลยุทธ์การสื่อสารเพื่อให้ความรู้และสร้างผลกระทบในทางที่ทำให้เกิดการเพิ่มคุณภาพด้านสุขภาพทั้งแก่บุคคลและสังคม โดยการผลิตเนื้อหารายการภายใต้กรอบ โภชนา ปานะ กายะ กิจกรรม ซึ่งพัฒนาต่อยอดจากองค์ความรู้ของโครงการการขับเคลื่อนมุ่งเป้าเพื่อสื่อสารโภชนปัญญา “สงฆ์ไทยไกลโรค” สู่พระสงฆ์ ที่ได้รับการค้นคว้าวิจัยอย่างต่อเนื่องมาเป็นเวลาหนึ่งทศวรรษ

การปฏิบัติงานผลิตรายการโทรทัศน์สงฆ์ไทยไกลโรคต้องอาศัยกรอบแนวคิดทฤษฎีต่างๆ เป็นตัวตั้งต้นในการทำงาน เพื่อให้เกิดระบบและลำดับการทำงานที่ทีมงานรับรู้เข้าใจและปฏิบัติได้ในทิศทางเดียวกัน หนึ่งในเทคนิคที่รายการสงฆ์ไทยไกลโรคนำมาทฤษฎีมาใช้เป็นกรอบแนวทางการสื่อสารด้านสุขภาพแด่พระสงฆ์และฆราวาส คือการนำเสนอข้อมูลและชักจูงโน้มน้าวผ่านตัวต้นแบบ อาทิ การนำนักวิชาการในโครงการวิจัยมาเป็นผู้ดำเนินรายการ การผลิตเนื้อหาที่เกี่ยวกับต้นแบบด้านสุขภาพที่ดี อาทิ พระสงฆ์ต้นแบบ ครั้วต้นแบบ ร้านอาหารต้นแบบ ชุมชนต้นแบบ พยาบาลต้นแบบ นักโภชนาการต้นแบบ โรงพยาบาลต้นแบบ การเรียนรู้ผ่านตัวต้นแบบนี้ เป็นวิธีการเรียนรู้ตามแนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาเชิงสังคมได้รับการศึกษาพัฒนาโดย Albert Bandura ซึ่งระบุว่า พฤติกรรมส่วนใหญ่ของบุคคลเกิดขึ้นโดยการเรียนรู้จากประสบการณ์ตรงของตนเอง และอีกส่วนหนึ่งจากการสังเกต

รูดิโน บ. คอมมอน

พฤติกรรมของคนอื่นซึ่งถือว่าเป็นการเรียนรู้โดยการสังเกตหรือการเรียนรู้จากตัวแบบ ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้สะท้อนว่า นักวิชาการของโครงการที่ได้มาทำหน้าที่เป็นผู้ดำเนินรายการสงฆ์ไทยไกลโรค ได้แก่ ศาสตราจารย์ ดร. เกสัชกรหญิง จงจิตร อังคะวานิช ในตอน ปันรู้สู่ใจ และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ทิพยเนตร อริยะปิติพันธ์ ในตอนครัวต้นแบบ ถือว่าเป็นตัวต้นแบบด้านสุขภาพแก่ทั้งผู้ชมและแก่ทีมงานในโครงการผลิตรายการสงฆ์ไทยไกลโรค โดยมีบทบาทในฐานะตัวต้นแบบที่สร้างแรงบันดาลใจอันนำไปสู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ส่งผลให้เกิดสุขภาพที่ดีขึ้นตามมา ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาเชิงสังคม ที่ Badura ได้อธิบายไว้ว่า สื่อเป็นตัวแปรแทรกที่เสริมแรงทางความคิดทัศนคติ และกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรม การเรียนรู้ผ่านสื่อซึ่งในที่นี้ คือ รายการสงฆ์ไทยไกลโรคและกระบวนการทำงานผลิตรายการสงฆ์ไทยไกลโรค ถือว่าเป็นการเรียนรู้โดยการสังเกตหรือการเรียนรู้จากตัวแบบอย่างหนึ่ง

โครงการผลิตรายการโทรทัศน์สงฆ์ไทยไกลโรคนำเอากรอบแนวคิดด้านการผลิตรายการโทรทัศน์มาใช้ในการทำงานให้เกิดระบบ มีการสร้างทีม การวิเคราะห์ผู้ชม ออกแบบเนื้อหาและพัฒนารายการ ประเมินผลรายการ ประเมินผลการทำงานของทีมผลิตรายการ ซึ่งกระบวนการทำงานดังกล่าวมานี้ถือเป็นการนำเอาแนวคิดมาสู่การลงมือปฏิบัติจริง เป็นกระบวนการวิจัยกึ่งการวิจัยเชิงปฏิบัติการที่ใช้วิธีการเรียนรู้แบบการพัฒนางานประจำสู่งานวิจัย (Routine to Research หรือ R2R) ซึ่งถือเป็นการสร้างความรู้ผ่านกระบวนการทำงาน โดยผู้ทำงานเป็นผู้ค้นหาและสร้างความรู้ใหม่ขึ้นเองผ่านกระบวนการปฏิบัติและการประเมินผล การพัฒนางานและการพัฒนาตนเอง ดังที่ผลการประเมินการทำงานของทีมผลิตรายการสงฆ์ไทยไกลโรคสะท้อนให้เห็นว่า กระบวนการทำงานตลอดระยะเวลาสองปีครึ่งที่ผ่านมาได้ช่วยสร้างการเรียนรู้และการพัฒนาตนเองในด้านต่าง ๆ โดยก่อให้เกิดความรู้และทักษะข้ามศาสตร์และศิลปะระหว่างทีมงานที่มีภูมิหลังด้านโภชนาการและด้านการผลิตสื่อที่มาทำงานประสานกัน ก่อให้เกิดการเรียนรู้ด้านสุขภาพและพัฒนาทักษะด้านการสื่อสารสุขภาพ สร้างความตระหนักต่อการดูแลสุขภาพทั้งต่อตนเองและผู้อื่น ก่อให้เกิดการปรับเปลี่ยนและเสริมแรงพฤติกรรมที่เอื้อต่อการส่งเสริมสุขภาพของตนเอง จึงกล่าวได้ว่า กระบวนการทำงานผลิตสื่อรายการโทรทัศน์สงฆ์ไทยไกลโรคครั้งนี้เป็นเสมือนเครื่องมือในการทดลองแนวคิด ทดสอบทฤษฎี สร้างประสบการณ์และความรู้เพื่อบูรณาการกันระหว่างแนวคิดทฤษฎีและการปฏิบัติจริง ดังที่ Kurt Lewin (อ้างถึงใน Cho, H., 2011) นักวิชาการผู้มีชื่อเสียงและได้รับการยอมรับว่าเป็นบิดาแห่งนักจิตวิทยาสังคม ได้เคยกล่าวไว้ว่า “The goodness of theory is determined by its practical utility.” ซึ่งในที่นี้จะขอแปลความว่า “ความดีงามของทฤษฎีวัดได้จากการนำไปใช้ได้จริง” การศึกษาวิจัยครั้งนี้สะท้อนให้เห็นว่า ทฤษฎีและการปฏิบัติเป็นสิ่งที่ไม่สามารถแยกจากกันได้ หากเป็นสิ่งที่เกื้อหนุนส่งเสริมกัน การผลิตสื่อเพื่อการสื่อสารสุขภาพต้องอาศัยกรอบแนวคิดทฤษฎีประสานการปฏิบัติจริง มีการประเมินผลและพัฒนาอย่างต่อเนื่องเพื่อจุดมุ่งหมายสูงสุดคือการพัฒนาตนเองและองค์กร ถือเป็นการให้อำนาจผู้ปฏิบัติงานในการสร้างความรู้ ภายใต้ความเชื่อมั่นในศักยภาพการเรียนรู้ของมนุษย์

## ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

จากผลการศึกษาการสร้างสรรค์และประเมินผลรายการสงฆ์ไทยไกลโรค ได้ข้อมูลและข้อคิดเห็นจากกลุ่มผู้ให้ข้อมูลทั้งที่เป็นผู้ทรงคุณวุฒิประเมินรายการและจากทีมงานผลิตรายการ ซึ่งข้อมูลส่วนใหญ่มีความเห็นสอดคล้องไปในทิศทางเดียวกัน โดยสามารถนำมาสรุปเป็นข้อเสนอแนะสำหรับการนำไปพัฒนาการออกแบบและผลิตสื่อเพื่อขับเคลื่อนการสื่อสารสุขภาพแด่พระสงฆ์ได้ดังนี้

### 1. ข้อเสนอแนะในการพัฒนาการนำรายการสงฆ์ไทยไกลโรคไปประยุกต์ใช้

1.1) จัดทำช่องทางการออกอากาศเนื้อหารายการที่ช่วยให้ผู้ชมสามารถเข้าชมได้ผ่านช่องทางออนไลน์ อาทิการจัดทำเว็บไซต์ ช่องยูทูบ

1.2) จัดระบบเนื้อหาให้เป็นหมวดหมู่เพื่อให้ง่ายแก่การเลือกรับชมตามกลุ่มเป้าหมาย อาทิ พระสงฆ์ ฆราวาส แม่ครัว และตามความสนใจในเนื้อหา อาทิ โรคภัย อาหาร ภาวะกิจกรรม บุหรี่ ธรรมบุญสุขภาพพระสงฆ์

1.3) ทำคู่มือแนะนำการใช้สื่อรายการสงฆ์ไทยไกลโรคและนำไปใช้เป็นสื่อเพื่อการอบรมเรียนรู้แก่กลุ่มต่างๆ อาทิ แม่ครัว พระคิลานุปัฏฐาก โรงพยาบาลที่ดูแลพระสงฆ์ โรงเรียนพระปริยัติธรรม

1.4) นำสื่อรายการสงฆ์ไทยไกลโรคมาพัฒนาเป็นหลักสูตรวิชาเพื่อใช้สอนในโรงเรียนพระปริยัติธรรม

1.5) นำสื่อรายการสงฆ์ไทยไกลโรคมาพัฒนาเป็นหลักสูตรวิชาเพื่อใช้อบรมแม่ครัวในวัดและสถาบันสงฆ์ และออกไปประกาศนียบัตรให้เมื่อผ่านการอบรม

1.6) นำสื่อรายการสงฆ์ไทยไกลโรคมาพัฒนาเป็นหลักสูตรวิชาเพื่อใช้อบรมแม่ครัวในวัดและสถาบันร้านค้าอาหารที่ทำอาหารให้คนซื้อถวายใส่บาตร และออกไปประกาศนียบัตรให้เมื่อผ่านการอบรม

### 2. ข้อเสนอแนะในการพัฒนาด้านการผลิตรายการสงฆ์ไทยไกลโรค

2.1) ย่อยเนื้อหาให้เป็นประเด็นสั้นๆและผลิตเป็นสื่อคลิปวิดีโอความยาว 3 – 5 นาที เพื่อให้เหมาะกับพฤติกรรมการรับชมของผู้รับสารในปัจจุบัน

2.2) จัดทำเนื้อหารายการเป็นภาษาท้องถิ่นประจำภาค เพื่อให้ผู้ชมในท้องถิ่นเข้าถึงได้ง่ายขึ้น และเข้ากับวัฒนธรรมท้องถิ่น

2.3) จัดทำคำบรรยายใต้ภาพ (Subtitle) ประกอบ เพื่อให้ง่ายต่อการรับชม

2.4) จัดทำเสียงบรรยายภาพ AD (Audio description) และคำบรรยายเสียงแบบปิด CC (Closed caption) เพื่อให้คนพิการทางการมองเห็น และทางการได้ยินสามารถเข้าถึงเนื้อหาของรายการได้

## กิตติกรรมประกาศ

โครงการวิจัยนี้ได้รับทุนสนับสนุนจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ประจำปี 2563

## รายการอ้างอิง/References

- Bandura, A. 1997. **Self-Efficacy: The Exercise of Control**. New York: W. H. Freeman & Co Ltd.
- Bandura, A. 2002. **Self-Efficacy in Changing Societies**. Cambridge: Cambridge University Press.
- Cho, H. 2011. **Health Communication Message Design: Theory and Practice**. USA: The Ohio State University.
- Kaid, L. and Holtz-Bacha C. 2008. **Encyclopedia of Political Communication**. London: Sage.
- McQuail, D. and Deuze, M. 2020. **McQuail's Media and Mass Communication Theory**. London: Sage.
- Nutbeam D. 1998. Health Promotion Glossary. **Health Promotion International**. Oxford University Press. Vol. 13 No. 4. 349 – 364.
- Nutbeam, D. and Elizabeth Harris, E. 2004. **Theory in a Nutshell: A Practical Guide to Health Promotion Theories**. New York: McGraw-Hill.