

ทักษะชีวิต ทูทางสังคม การดำเนินชีวิต
ตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงและความสุขของประชาชน
ในอำเภอเมือง จังหวัดเลย*

รมนปวีร์ อ้นคำ^๑ อธิพัฒน์ วงศ์คุ้มสิน^๒

^๑นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาชุมชน มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

^๒อาจารย์ประจำภาควิชาจิตวิทยา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

บทคัดย่อ

การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาระดับทักษะชีวิต ระดับทูทางสังคม ระดับการดำเนินชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง และระดับความสุขของประชาชน 2) ศึกษาเปรียบเทียบความสุขของประชาชนตามปัจจัยส่วนบุคคล 3) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตกับความสุขของประชาชน 4) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างทูทางสังคมกับความสุขของประชาชน 5) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการดำเนินชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงกับความสุขของประชาชนและ 6) ศึกษาทักษะชีวิต ทูทางสังคม และการดำเนินชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงที่ร่วมกันพยากรณ์ความสุขของประชาชน

กลุ่มตัวอย่าง คือ ประชาชนที่เป็นตัวแทนของหลังคาเรือนในอำเภอเมือง จังหวัดเลย จำนวน 1,084 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามและการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ สถิติที่ใช้ คือ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน t-test, F-test, (Least Significance Difference) ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน และการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน (Stepwise Regression Analysis) โดยกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 และ 0.01

ผลการวิจัยพบว่า 1) ทักษะชีวิต ทูทางสังคม การดำเนินชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงและความสุขของประชาชนอยู่ในระดับสูง 2) ประชาชนที่มีปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา อาชีพ จำนวนสมาชิกในครอบครัว รายได้ต่อเดือน ความสมดุลของรายได้ ภาวะสุขภาพ สถานภาพการเป็นสมาชิกของชมรมในชุมชน และการเข้าร่วมกิจกรรมเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียงแตกต่างกันมีความสุขไม่แตกต่างกัน 3) ทักษะชีวิตมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขของประชาชนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่

ระดับ 0.01 4) ทูทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขของประชาชนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 5) การดำเนินชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขของประชาชนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 และ 6) ทักษะชีวิตด้านการตระหนักรู้ในตนเองและด้านการมีปฏิสัมพันธ์ ทูทางสังคมด้านสถาบัน ด้านวัฒนธรรมและด้านองค์ความรู้ การดำเนินชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงด้านความพอประมาณ ด้านความมีเหตุผลและด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว สามารถร่วมกันพยากรณ์ความสุขของประชาชนได้ร้อยละ 12.6 ($R^2 = 0.126$)

คำสำคัญ: ทักษะชีวิต; ทูทางสังคม; การดำเนินชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง; ความสุข

*บทความนี้เป็นส่วนหนึ่งของวิทยานิพนธ์ของนักศึกษาปริญญาโท หลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาชุมชน มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

Life Skills, Social Capital, Living based on Sufficiency Economy Philosophy and Happiness of People in Mueang District, Loei Province*

Ramonpawee In-Kham^a Theerapat Wongkumsin^b

^a*Master Student, Major Field Community Psychology, Kasetsart University*

^b*Faculty staff, Department of Psychology, Kasetsart University, Thesis Advisor*

Abstract

The objectives of this research were 1) to study the level of life skills, social capitals, living based on sufficiency economy philosophy and happiness of people, 2) to compare happiness of people by personal factors, 3) to study the relationship between life skills and happiness of people, 4) to study the relationship between social capitals and happiness of people, 5) to study the relationship between living based on sufficiency economy philosophy and happiness of people and 6) to study life skills, social capitals, living based on sufficiency economy philosophy that predict on happiness of people.

The samples used in this research were 1,084 people which that represent of the households in Mueang district, Loei province. The data were collected by questionnaires and analyzed by a statistical package program. The statistical methods used for analysis were percentage, mean, standard deviation, t-test, F-test, Least Significant Difference, Pearson's Product Moment Correlation Coefficient and stepwise regression analysis. The statistical significance was set at 0.05 and 0.01 level of confidence.

The result of this research indicated that 1) life skills, social capitals, living based on sufficiency economy philosophy and happiness of people were at the high level, 2) the people who had difference personal factors such as gender,

age, marriage status, level of education, career, the members in family, the income per month, the balance of income, health status, membership in community group and participation in activity about sufficiency economy have not difference in happiness, 3) life skills have positive correlation to happiness of people with statistical significance at 0.01 level, 4) social capitals have positive correlation to happiness of people with statistical significance at 0.01 level, 5) living based on sufficiency economy philosophy have positive correlation to happiness of people with statistical significance at 0.01 level, and 6) life skills (self-awareness skill and interactive skill), social capitals (institution, cultural and knowledge) and living based on sufficiency economy philosophy (moderation, reasonableness and self-immunity) that could predict to happiness of people and could explain at 12.6 percent ($R^2 = 0.126$).

Keywords: Life Skills; Social Capitals; Living Based on Sufficiency Economy Philosophy; Happiness

**This article is the part of Master's thesis, Master of Science (Community Psychology) Program, Kasetsart University*

บทนำ

สภาพสังคมเศรษฐกิจปัจจุบันที่ซับซ้อน สับสน และอ่อนแอเป็นวิกฤติที่กระทบต่อการดำรงชีวิตของคนไทยจำนวนมาก การที่จะก้าวเข้าสู่เป็นสังคมที่อยู่เย็นเป็นสุข ตามแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 10 (พ.ศ.2550-2554) และ ฉบับที่ 11 (พ.ศ. 2555-2559) ได้นั้น ต้องใช้พลังร่วมทั้งสังคมรวมกัน โดยเริ่มที่ชุมชนท้องถิ่นที่เป็นวิถีชีวิตของบุคคลส่วนใหญ่ในสังคมไทย เป็นผู้สนับสนุนให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในระดับฐานรากของสังคม และส่งเสริมให้ชุมชนท้องถิ่นสามารถพัฒนาชุมชนได้ด้วยกระบวนการชุมชน ซึ่งจะ เป็นกระบวนการที่จะนำไปสู่การวางแผนและการจัดการที่ดีของชุมชน (ประสพศรี รักความสุข และคณะ, 2550)

ชุมชน เป็นระบบรากฐานของสังคม มีโครงสร้างเป็นส่วนประกอบของหน่วยต่างๆ ทำหน้าที่ขึ้นต่อกันและกัน การเปลี่ยนแปลงส่วนประกอบส่วนใดส่วนหนึ่งจะมีผลลัพธ์ไปถึงส่วนประกอบอื่นๆ จนทำให้ชุมชนทั้งระบบเปลี่ยนแปลงได้ (ณรงค์ ศรีสวัสดิ์, 2546) การอยู่ร่วมกันในชุมชน ประชาชนจึงจำเป็นต้องอาศัยทักษะชีวิต ในการปรับตัวให้พร้อมต่อสภาพความเปลี่ยนแปลง ทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคมและสิ่งแวดล้อม การอาศัยทุนทางสังคมเพื่อให้เกิดการยอมรับมีการรวมตัว ร่วมคิด ร่วมทำ คำนึงถึงคุณค่าความเป็นมนุษย์ ความเป็นอัตลักษณ์ของวัฒนธรรมไทย ความเป็นธรรมในสังคมและประโยชน์ต่อส่วนรวม (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม, 2549) นอกจากนั้นการดำเนินชีวิตโดยอาศัยหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง พระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช จะเป็นแนวทางการดำรงชีวิตให้สามารถดำรงอยู่ได้อย่างสงบ ร่มเย็นและเกิดความสุขในชุมชน

ความสุขเป็นสิ่งที่ทุกคนปรารถนา ซึ่งแต่ละคนจะมีทรรศนะต่อความสุขต่างกัน และมีวิธีการแสวงหาความสุขที่แตกต่างกัน ขึ้นอยู่กับมุมมองและประสบการณ์ หากความสุขเกิดขึ้นกับบุคคล ก็จะไปสู่ความสุขของสังคมส่วนร่วมและประเทศชาติ (ประเวศ ต้นดิพิพัฒน์-สกุลและเอกอนงค์ สีตลาภินันท์, 2554) จังหวัดเลยเป็นอีกหนึ่งจังหวัดที่ให้ความสำคัญกับยุทธศาสตร์ “การพัฒนาคน สังคม คุณภาพชีวิตและเศรษฐกิจพอเพียง” เป้าหมายเพื่อประชาชนมีคุณภาพชีวิตที่ดี มีครอบครัวอบอุ่นและมีค่านิยมที่เหมาะสม ในการดำเนินชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งจะ เป็นกระบวนการสร้างความสุขถาวรสู่ชุมชนต่อไป (สำนักงานราชการจังหวัดเลย, 2554)

แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10 (พ.ศ. 2550-2554) และ ฉบับที่ 11 (พ.ศ. 2555-2559) ที่มีเป้าหมายเพื่อให้ประชาชนมีคุณภาพชีวิตที่ดี ที่จะนำไปสู่การสร้างที่อยู่เย็นสุขร่วมกันในสังคมไทย ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาทักษะชีวิต ทุนทางสังคม การดำเนินชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง และความสุขของ

ประชาชนอำเภอเมือง จังหวัดเลย ซึ่งผลที่ได้จากการวิจัยครั้งนี้จะเป็นประโยชน์ต่อการสร้างฐานข้อมูลความรู้ที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาทักษะชีวิต ทูทางสังคม การดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง และความสุขให้แก่หน่วยงานที่เกี่ยวข้องในชุมชน เพื่อเสริมสร้างให้เกิดคุณภาพชีวิตที่ดีของประชาชนในจังหวัดเลยต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับทักษะชีวิต ระดับทูทางสังคม ระดับการดำเนินชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงและระดับความสุขของประชาชนในอำเภอเมือง จังหวัดเลย
2. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบความสุขของประชาชนในอำเภอเมือง จังหวัดเลย จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคลที่แตกต่างกัน
3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตกับความสุขของประชาชนในอำเภอเมือง จังหวัดเลย
4. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างทูทางสังคมกับความสุขของประชาชนในอำเภอเมือง จังหวัดเลย
5. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการดำเนินชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงกับความสุขของประชาชนในอำเภอเมือง จังหวัดเลย
6. เพื่อศึกษาทักษะชีวิต ทูทางสังคม การดำเนินชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงที่ร่วมกันพยากรณ์ความสุขของประชาชนในอำเภอเมือง จังหวัดเลย

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

ผลการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ทำให้ทราบถึงระดับทักษะชีวิต ระดับทูทางสังคม ระดับการดำเนินชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง และระดับความสุขของประชาชน รวมถึงปัจจัยที่มีต่อความสุขของประชาชนในอำเภอเมือง จังหวัดเลย ซึ่งจะเป็นข้อมูลให้แก่หน่วยงานที่เกี่ยวข้องในการวางแผนจัดทำกิจกรรมเพื่อส่งเสริมความสุขของประชาชนในอำเภอเมือง จังหวัดเลย นอกจากนี้ยังเป็นแนวทางสำหรับการศึกษาวิจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรและกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาในครั้งต่อไป

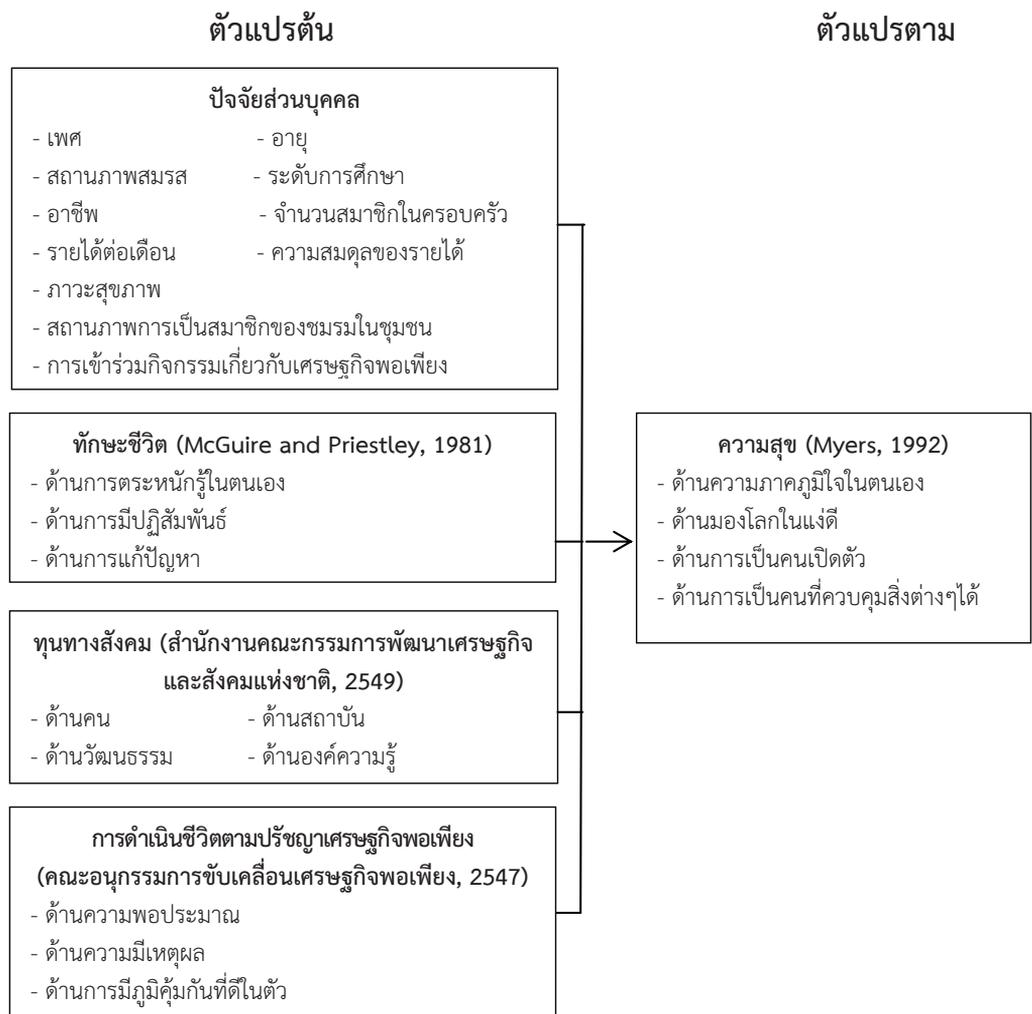
การตรวจเอกสาร

การศึกษาวิจัย เรื่อง ทักษะชีวิต ทูทางสังคม การดำเนินชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงและความสุขของประชาชนในอำเภอเมือง จังหวัดเลย ผู้วิจัยได้ศึกษา ทบทวนแนวคิดทฤษฎีที่ใช้ในการวิจัยจากตำรา วารสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับความสุข
2. แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับทักษะชีวิต
3. แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับทุนทางสังคม
4. แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

และผู้วิจัยได้สรุปกรอบแนวคิดในการวิจัย ดังนี้

กรอบแนวคิดการวิจัย



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในงานวิจัย

นิยามศัพท์

ประชาชน หมายถึง ประชาชนที่เป็นตัวแทนของหลังคาเรือนซึ่งอาศัยอยู่ในอำเภอเมือง จังหวัดเลย

ปัจจัยส่วนบุคคล หมายถึง ลักษณะของประชาชน ประกอบด้วยเพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา อาชีพ จำนวนสมาชิกในครอบครัว รายได้ต่อเดือน ความสมดุลของรายได้ ภาวะสุขภาพ สถานภาพการเป็นสมาชิกของชมรมในชุมชนและการเข้าร่วมกิจกรรมเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง

เพศ หมายถึง การจำแนกประชาชนโดยอาศัยเพศเป็นเกณฑ์ แบ่งเป็นเพศหญิงและเพศชาย

อายุ หมายถึง ระยะเวลาการเกิดของประชาชนนับตั้งแต่ปีที่เกิดจนถึงปีที่ตอบแบบสอบถามนับเป็นจำนวนปีเต็ม

สถานภาพสมรส หมายถึง ลักษณะการครองคู่ของประชาชนที่แสดงถึงลักษณะการอาศัยอยู่ร่วมกัน โดยยึดหลักพฤตินัยเป็นหลัก

ระดับการศึกษา หมายถึง วุฒิการศึกษาสูงสุดของประชาชนตามระบบการศึกษา

อาชีพ หมายถึง ประเภทของการทำงานหรือการประกอบอาชีพของประชาชน อันเป็นแหล่งรายได้เพื่อเลี้ยงชีพ

จำนวนสมาชิกในครอบครัว หมายถึง จำนวนบุคคลที่พักอาศัย มีความสัมพันธ์ทางสายโลหิต กฎหมายหรือบทบาทความรับผิดชอบร่วมกันในครอบครัวของประชาชน

รายได้ต่อเดือน หมายถึง เงินที่ได้จากการประกอบอาชีพและรายรับอื่น ๆ รวมกันเฉลี่ยต่อเดือนของประชาชน

ความสมดุลของรายได้ หมายถึง การเปรียบเทียบเงินที่ได้จากการประกอบอาชีพและรายรับอื่นๆ ของประชาชน

ภาวะสุขภาพ หมายถึง การรับรู้ของประชาชนเกี่ยวกับสุขภาพว่าเป็นบุคคลที่มีหรือไม่มีภาวะการเจ็บป่วย

สถานภาพการเป็นสมาชิกของชมรมในชุมชน หมายถึง การที่ประชาชนเป็นหรือไม่เป็นส่วนหนึ่งในการร่วมดำเนินกิจกรรมของชมรมในชุมชน

การเข้าร่วมกิจกรรมเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง หมายถึง การที่ประชาชนเคยหรือไม่เคยเข้าร่วมกิจกรรมหรือผ่านการอบรมที่เกี่ยวข้องกับเศรษฐกิจพอเพียง

ทักษะชีวิต หมายถึง พฤติกรรมที่แสดงออกถึงความสามารถในการดำรงชีวิตของประชาชน สามารถพึ่งตนเอง ปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้อย่างมีประสิทธิภาพ และช่วย

เสริมสร้างการดำเนินชีวิตในด้านต่างๆได้ตามแนวคิดของ McGuire and Priestley (1981) แบ่งออกเป็น 3 องค์ประกอบ ดังนี้

1. **ด้านการตระหนักรู้ในเอง** หมายถึง การที่ประชาชนสามารถรับรู้เกี่ยวกับข้อจำกัดและข้อดีของตนเอง เข้าใจแรงจูงใจ ความปรารถนา ความพึงพอใจและเป้าหมายในชีวิตของตนเองได้

2. **ด้านการมีปฏิสัมพันธ์** หมายถึง การที่ประชาชนสามารถแสดงออกต่อบุคคลอื่นได้อย่างเหมาะสม มีการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ รับรู้อารมณ์ ความรู้สึกและความต้องการของบุคคลอื่น ตลอดจนสามารถอดทนต่อความกดดันจากบุคคลในสังคมได้

3. **ด้านการแก้ไขปัญหา** หมายถึง การที่ประชาชนสามารถหาทางออกกับสิ่งที่ทำให้เกิดความเดือดร้อน ไม่สบายใจ และทุกข์ใจ โดยค้นหาข้อมูล สาเหตุและทางเลือกที่เหมาะสม มีหลักในการตัดสินใจ มีการวางแผน เพื่อให้เผชิญกับสิ่งที่เกิดขึ้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ทุนทางสังคม หมายถึง การรับรู้ของประชาชนที่มีต่อการได้รับการส่งเสริมให้เกิดค่านิยมร่วมกัน ความไว้วางใจซึ่งกันและกัน มีน้ำใจให้กัน ร่วมคิดร่วมทำ ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เพื่อเกิดประโยชน์ต่อส่วนรวมสูงสุดตามแนวคิดของสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม (2549) แบ่งออกเป็น 4 องค์ประกอบ ดังนี้

1. **ด้านคน** หมายถึง การที่ประชาชนรับรู้ถึงการได้รับการพัฒนา ส่งเสริมให้มีการดูแลตัวเอง เพื่อให้มีร่างกายแข็งแรง มีจิตใจที่ดี เคารพกฎระเบียบของสังคม มีความซื่อสัตย์ มีจิตสาธารณะ มีความสามารถในการเรียนรู้ด้วยตนเองและเรียนรู้ร่วมกันเป็นกลุ่ม ร่วมคิดร่วมทำในกิจกรรมต่างๆ และนำความรู้มาแลกเปลี่ยน เพื่อเกิดประโยชน์ได้กว้างขวางยิ่งขึ้น

2. **ด้านสถาบัน** หมายถึง การที่ประชาชนรับรู้ถึงการที่หน่วยงานหรือองค์กรในชุมชนให้การสนับสนุนช่วยเหลือทางด้านอาชีพ การได้รับการปลูกฝังคุณธรรม จริยธรรมจากครอบครัว มีสถาบันการศึกษาที่เป็นแหล่งที่ให้ความรู้และประสบการณ์ ตลอดจนรับรู้ได้ว่ามีสถาบันการเมืองการปกครองในท้องถิ่นที่ส่งเสริมให้สังคมอยู่ในระเบียบแบบแผนเพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข

3. **ด้านวัฒนธรรม** หมายถึง การที่ประชาชนรับรู้ถึงการที่ชุมชนที่ตนเองอาศัยอยู่มีการอนุรักษ์และสืบทอดความเชื่อ ความศรัทธา จารีตประเพณีที่ดีงาม ค่านิยม ความเป็นไทย และสถาปัตยกรรมต่างๆ ของท้องถิ่น

4. **ด้านองค์ความรู้** หมายถึง การที่ประชาชนรับรู้ถึงการที่ชุมชนที่ตนเองอาศัยอยู่มีการถ่ายทอดภูมิปัญญาท้องถิ่น วิธีการดำเนินชีวิตที่มีการสั่งสมกันมายาวนาน จากคนรุ่นหนึ่งสู่อีก รุ่นหนึ่ง จนเกิดความหลากหลายของความรู้ที่จะนำมาใช้ประโยชน์ได้ มีการนำองค์ความรู้ที่เกิดขึ้นใหม่มาใช้ในการดำเนินชีวิต ที่สามารถทำให้เกิดรายได้แก่ครอบครัวและชุมชน เพื่อตอบสนองเป้าหมายหรือความต้องการของชุมชนได้

การดำเนินชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง หมายถึง การที่ประชาชนมีการดำเนินชีวิตในชุมชนอย่างไม่ประมาท มีความพอประมาณ รู้จักใช้เหตุและผล รวมถึงความจำเป็นที่จะต้องมีระบบภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี ภายใต้อุปสรรค รอบคอบและมีคุณธรรม โดยใช้แนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ตามพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช ซึ่งคณะอนุกรรมการขับเคลื่อนเศรษฐกิจพอเพียง (2547) ได้รวบรวมและนำเสนอองค์ประกอบความพอเพียงไว้ 3 ด้าน ดังนี้

1. **ด้านความพอประมาณ** หมายถึง การที่ประชาชนมีการใช้จ่ายในชีวิตประจำวันอย่างเหมาะสม พอดี ไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น

2. **ด้านความมีเหตุผล** หมายถึง การที่ประชาชนมีการตัดสินใจในเรื่องต่างๆอย่างมีสติโดยอาศัยการพิจารณาจากเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้องกันตลอดจนคำนึงถึงผลที่คาดว่าจะเกิดขึ้นจากการกระทำนั้นๆ อย่างรอบคอบ

3. **ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว** หมายถึง การที่ประชาชนมีการเตรียมความพร้อมในการรับมือกับผลกระทบและการเปลี่ยนแปลงด้านต่างๆ ที่คาดว่าจะเกิดขึ้นกับชีวิต โดยคำนึงถึงความเป็นไปได้ของสถานการณ์ต่างๆ ในปัจจุบันและอนาคต

ความสุข หมายถึง การประเมินความรู้สึกของประชาชนที่มีต่อความภาคภูมิใจในตัวเอง มีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง มีการมองโลกในแง่ดี มีความคาดหวังที่จะประสบความสำเร็จ รวมทั้งการเป็นคนเปิดตัว เข้าสังคม พบปะ สัมพันธ์กับผู้อื่น และสามารถควบคุมสิ่งต่างๆ ได้ ตลอดจนมีการจัดการกับอุปสรรคที่เกิดขึ้นในชีวิตได้ ตามแนวคิดของ Myers (1992) ประกอบด้วย องค์ประกอบ 4 ด้าน ดังนี้

1. **ด้านความภาคภูมิใจในตัวเอง** หมายถึง การที่ประชาชนรู้สึกพึงพอใจในตัวเอง ยอมรับในสิ่งที่ตัวเองเป็น ที่ตนเองมี ตลอดจนเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง

2. **ด้านการมองโลกในแง่ดี** หมายถึง การที่ประชาชนมีการมองโลกตามความเป็นจริง มองทุกสิ่งทุกอย่างว่าไม่ได้เลวร้าย มีทางออกหรือทางแก้ไขให้ดีขึ้นได้ และมีความหวังที่จะประสบผลสำเร็จ

3. **ด้านการเป็นคนเปิดตัว** หมายถึง การที่ประชาชนมีการเข้าสังคม พบปะ สัมพันธ์ พูดคุย และร่วมทำกิจกรรมกับผู้อื่นอย่างสม่ำเสมอ

4. **ด้านการเป็นคนที่สามารถควบคุมสิ่งต่าง ๆ ได้** หมายถึง การที่ประชาชนมีการวางแผนในการดำเนินชีวิต การทำงาน สามารถจัดสรรเวลาได้อย่างเหมาะสม ตลอดจนจัดการกับอุปสรรคที่เกิดขึ้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ

สมมติฐานการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้สมมติฐานการวิจัย ดังนี้

1. ประชาชนที่มีปัจจัยส่วนบุคคลแตกต่างกัน มีความสุขแตกต่างกัน
2. ทักษะชีวิตมีความสัมพันธ์กับความสุขของประชาชน
3. ทูทางสังคมมีความสัมพันธ์กับความสุขของประชาชน
4. การดำเนินชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมีความสัมพันธ์กับความสุขของประชาชน
5. ทักษะชีวิต ทูทางสังคม การดำเนินชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงร่วมกัน พยากรณ์ความสุขของประชาชน

วิธีการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ศึกษาครั้งนี้ คือ ประชาชนซึ่งเป็นตัวแทนของหลังคาเรือนที่อาศัยอยู่ในอำเภอเมือง จังหวัดเลย ตามทะเบียนราษฎรจำนวนทั้งสิ้น 43,378 คน ข้อมูล ณ เดือนธันวาคม 2554 (สำนักงานเทศบาลเมืองเลย, 2554) และใช้วิธีการสุ่มแบบง่าย (Simple random sampling) คำนวณหาขนาดของกลุ่มตัวอย่างจากสูตร Yamane (1973) ที่ระดับ 0.03 ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างเท่ากับ 1,084 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการศึกษาแนวคิดและทฤษฎี ตลอดจนเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง แบ่งออกเป็น 5 ส่วน ดังนี้

1) แบบสอบถามข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล โดยมีข้อคำถามแบบตรวจรายการและแบบเติมคำตอบ มีจำนวน 11 ข้อ ประกอบด้วยข้อคำถามเกี่ยวกับเพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา อาชีพ จำนวนสมาชิกในครอบครัว รายได้ต่อเดือน ความสมดุลของรายได้ ภาวะสุขภาพ สถานภาพการเป็นสมาชิกของชมรมในชุมชนและการเข้าร่วมกิจกรรมเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง

2) แบบสอบถามทักษะชีวิต ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยประยุกต์จากแนวคิดของ McGuire and Priestley (1981) จำนวน 25 ข้อ เป็นแบบมาตราวัดประเมินค่า (Rating Scale) โดยแบ่งข้อคำถามแต่ละข้อเป็น 5 ระดับ คือ น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มากและมากที่สุด มีช่วงคะแนนอยู่ระหว่าง 1 ถึง 5 คะแนน คะแนนโดยรวมสูง หมายถึง มีระดับของทักษะชีวิตสูง และแบ่งแบบสอบถามตามองค์ประกอบ 3 องค์ประกอบ ดังนี้

2.1 ด้านการตระหนักรู้ในตนเอง ตัวอย่างข้อคำถามเช่น

- 2.1.1 ท่านรับรู้ว่าคุณมีความสามารถในด้านใด
- 2.1.2 ท่านรู้ว่าจะต้องทำอะไรจึงจะได้มาซึ่งความสำเร็จ
- 2.1.3 ท่านรู้ว่าตนเองต้องทำอะไร จึงจะไปถึงเป้าหมาย ที่วางไว้ ฯลฯ

2.2 ด้านการมีปฏิสัมพันธ์ ตัวอย่างข้อคำถามเช่น

- 2.2.1 ท่านสามารถพูดให้บุคคลอื่นเข้าใจในสิ่งที่ท่านพูดได้อย่างชัดเจน
- 2.2.2 ท่านแสดงความเห็นใจเมื่อเห็นคนที่ท่านรู้จัก มีความทุกข์
- 2.2.3 ท่านแสดงความยินดีเมื่อผู้อื่นประสบความสำเร็จ ฯลฯ

2.3 ด้านการแก้ปัญหา ตัวอย่างข้อคำถามเช่น

- 2.3.1 ท่านหาข้อมูลอย่างเพียงพอก่อนตัดสินใจแก้ไขปัญหา
- 2.3.2 ท่านมีการวางแผนเป็นอย่างดีในการแก้ไขปัญหา
- 2.3.3 ท่านใช้เหตุและผลในการวิเคราะห์ปัญหา ฯลฯ

3) แบบสอบถามทูทางสังคม ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยประยุกต์จากแนวคิดของสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (2549) จำนวน 40 ข้อ เป็นแบบมาตราวัดประเมินค่า (Rating Scale) โดยแบ่งข้อคำถามแต่ละข้อเป็น 5 ระดับ คือน้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มากและมากที่สุด มีช่วงคะแนนอยู่ระหว่าง 1 ถึง 5 คะแนน คะแนนโดยรวมสูง หมายถึง มีระดับของทูทางสังคมสูง และแบ่งแบบสอบถามตามองค์ประกอบ 4 องค์ประกอบ ดังนี้

3.1 ด้านคน ตัวอย่างข้อคำถามเช่น

- 3.1.1 ท่านปฏิบัติตามกฎระเบียบของชุมชน
- 3.1.2 ท่านได้รับการส่งเสริมให้ดูแลสุขภาพตนเองจากบุคลากรทางด้านสุขภาพ
- 3.1.3 ท่านได้รับเชิญให้ร่วมแสดงความคิดเห็นเพื่อพัฒนาชุมชนให้ยั่งยืน ฯลฯ

3.2 ด้านสถาบัน ตัวอย่างข้อคำถามเช่น

- 3.2.1 ท่านได้รับการถ่ายทอดการมีคุณธรรม จริยธรรมจากคนในครอบครัว
- 3.2.2 สถาบันการศึกษาในชุมชนที่ท่านอาศัยอยู่มีการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาความรู้ให้แก่ประชาชน
- 3.2.3 ท่านได้รับการช่วยเหลือจากหน่วยงานราชการเมื่อเกิดปัญหาจากการประกอบอาชีพ ฯลฯ

3.3 ด้านวัฒนธรรม ตัวอย่างข้อคำถามเช่น

- 3.3.1 ชุมชนที่ท่านอาศัยอยู่มีการยึดถือประเพณีแต่ดั้งเดิมของชุมชน

3.3.2 ชุมชนที่ท่านอาศัยอยู่มีการส่งเสริมให้ใช้ภาษาท้องถิ่นในการสนทนา

3.3.3 ท่านสามารถอธิบายเกี่ยวกับงานบุญต่างๆของชุมชนให้ผู้อื่น

เข้าใจได้ ฯลฯ

3.4 ด้านองค์ความรู้ ตัวอย่างข้อคำถามเช่น

3.4.1 ท่านสามารถนำภูมิปัญญาท้องถิ่นมาปรับใช้ได้อย่างเหมาะสมกับยุค

ปัจจุบัน

3.4.3 ชุมชนของท่านมีการนำวิถีชีวิตของชุมชนมาสร้างสรรค์องค์ความรู้ใหม่ๆ

3.4.2 ชุมชนที่ท่านอาศัยอยู่มีการนำความรู้ใหม่ๆ มาประยุกต์ใช้ร่วมกับภูมิ

ปัญญาท้องถิ่นที่เป็นแม่แบบ ฯลฯ

4) แบบสอบถามการดำเนินชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยประยุกต์จากแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงในพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช ซึ่งรวบรวมและนำเสนอโดยคณะอนุกรรมการขับเคลื่อนเศรษฐกิจพอเพียง (2547) จำนวน 27 ข้อ เป็นแบบมาตราวัดประเมินค่า (Rating Scale) โดยแบ่งข้อคำถามแต่ละข้อเป็น 5 ระดับ คือ น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มากและมากที่สุด มีช่วงคะแนนอยู่ระหว่าง 1 ถึง 5 คะแนน คะแนนโดยรวมสูง หมายถึง มีระดับของการดำเนินชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงสูง และแบ่งแบบสอบถามตามองค์ประกอบ 3 องค์ประกอบ ดังนี้

4.1 ด้านความพอประมาณ ตัวอย่างข้อคำถามเช่น

4.1.1 ท่านมีการวางแผนการใช้เงินในแต่ละเดือน

4.1.2 ท่านใช้จ่ายเงินในแต่ละเดือนเหมาะสมกับรายได้

4.1.3 ท่านเลือกซื้อสินค้าโดยพิจารณาจากความจำเป็นที่ต้องใช้ ฯลฯ

4.2 ด้านความมีเหตุผล ตัวอย่างข้อคำถามเช่น

4.2.1 ท่านใช้เหตุผลในการแก้ปัญหาเมื่อเกิดความขัดแย้งในครอบครัว

4.2.2 ท่านมีการพิจารณาถึงผลดีและผลเสียของการตัดสินใจอย่างรอบคอบ

4.2.3 ท่านวางแผนการทำงานด้วยความรอบคอบก่อนเริ่มดำเนินการ ฯลฯ

4.3 ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว ตัวอย่างข้อคำถามเช่น

4.3.1 ท่านมีการติดตามข่าวสารความเป็นไปของบ้านเมือง

4.3.2 ท่านมีการเตรียมรับมือกับภาวะวิกฤตที่อาจเกิดขึ้นกับชีวิต

4.3.3 ท่านมีการเฝ้าระวังความปลอดภัยที่อาจเกิดขึ้นในชุมชน ฯลฯ

5) แบบสอบถามความสุข ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยประยุกต์จากแนวคิดของ Myers (1992) จำนวน 32 ข้อ เป็นแบบมาตราวัดประเมินค่า (Rating Scale) โดยแบ่งข้อคำถามแต่ละข้อเป็น 5 ระดับ คือ น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มากและมากที่สุด มีช่วงคะแนนอยู่ระหว่าง

1 ถึง 5 คะแนน คะแนนโดยรวมสูง หมายถึง มีระดับของความสุขสูง และแบ่งแบบสอบถามตามองค์ประกอบ 4 องค์ประกอบ ดังนี้

1.1 ด้านความภูมิใจในตนเอง ตัวอย่างข้อคำถามเช่น

- 5.1.1 ท่านรู้สึกพึงพอใจในการดำเนินชีวิตของตนเอง
- 5.1.2 ท่านรู้สึกพึงพอใจในการทำประโยชน์ต่อส่วนรวมของตนเอง
- 5.1.3 ท่านรู้สึกว่าคุณค่าต่อสังคม ฯลฯ

1.2 ด้านการมองโลกในแง่ดี ตัวอย่างข้อคำถามเช่น

- 5.2.1 ท่านคิดว่าการดำเนินชีวิตย่อมมีทั้งเหตุการณ์ดีและร้าย
- 5.2.2 ท่านให้กำลังใจตนเอง เมื่อตนเองต้องประสบกับปัญหาชีวิต
- 5.2.3 ท่านยอมให้อภัยบุคคลอื่นที่กระทำผิดต่อท่านได้ ฯลฯ

1.3 ด้านการเป็นคนเปิดตัว ตัวอย่างข้อคำถามเช่น

- 5.3.1 ท่านร่วมทำกิจกรรมกับผู้อื่นในชุมชนที่ท่านอาศัยอยู่
- 5.3.2 ท่านร่วมงานมหรสพต่างๆที่ชุมชนจัดขึ้น
- 5.3.3 ท่านร่วมเสนอความคิดเห็นเพื่อการพัฒนาชุมชนที่ท่านอาศัยอยู่ ฯลฯ

1.4 ด้านการเป็นคนควบคุมสิ่งต่างๆได้ ตัวอย่างข้อคำถามเช่น

- 5.4.1 ท่านมีวิธีการที่ทำให้ตนเองผ่านอุปสรรคในการทำงานได้
- 5.4.2 ท่านจัดสรรเวลาในการทำกิจวัตรประจำวันอย่างเหมาะสม
- 5.4.3 ท่านดำเนินกิจกรรมต่างๆได้ตามเวลาที่กำหนดไว้ ฯลฯ

เกณฑ์กำหนดการให้คะแนนตามมาตรวัด มีดังนี้

มาตรวัด	คะแนน
น้อยที่สุด	1
น้อย	2
ปานกลาง	3
มาก	4
มากที่สุด	5

จำแนกเกณฑ์การวัดระดับทักษะชีวิต ทูทางสังคม วิธีชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงและมีความสุขเป็น 3 ระดับ คือ ระดับต่ำ ระดับปานกลางและระดับสูง นำมาจัดการกระจายข้อมูลเพื่อให้ได้ความกว้างของอันตรภาคชั้น ตามสูตรการคำนวณ ดังนี้

$$\begin{aligned} \text{ความกว้างของอันตรภาคชั้น} &= \frac{\text{คะแนนสูงสุด} - \text{คะแนนต่ำสุด}}{\text{จำนวนอันตรภาคชั้น}} \\ &= \frac{5 - 1}{3} = 1.33 \end{aligned}$$

และกำหนดเกณฑ์แปลผลระดับทักษะชีวิต ทูนทางสังคม วิธีชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงและความสุขตามช่วงคะแนน ดังนี้

ระดับ	ช่วงคะแนน
ระดับต่ำ	1.00 – 2.33
ระดับปานกลาง	2.34 – 3.67
ระดับสูง	3.68 – 5.00

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

ผู้วิจัยได้ตรวจสอบความเที่ยงตรงของเนื้อหา (Content Validity) โดยนำแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเสนอต่อคณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์และผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่านเพื่อตรวจสอบความถูกต้องของเนื้อหาและภาษา จากนั้นนำมาแก้ไขปรับปรุง และนำมาทดสอบหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) โดยนำไปทดลองใช้ (Try Out) กับประชาชนในอำเภอเมือง จังหวัดเลยที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน เพื่อคำนวณหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของ Cronbach (Cronbach's Alpha Coefficient) ผลจากการวิเคราะห์ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทักษะชีวิต ทูนทางสังคม การดำเนินชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงและความสุขของประชาชน

ตัวแปร	ค่าความเชื่อมั่น
ทักษะชีวิต	.891
ทูนทางสังคม	.960
การดำเนินชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง	.932
ความสุข	.945

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลสำหรับการวิจัย ดังนี้

1. นำแบบสอบถามที่สมบูรณ์แล้ว ไปแจกกลุ่มตัวอย่างตามจำนวนที่ได้คำนวณไว้ตามสัดส่วนโดยอธิบายถึงขั้นตอนและรายละเอียดของการตอบแบบสอบถาม ดำเนินการเก็บข้อมูลด้วยตนเอง
2. เก็บรวบรวมแบบสอบถาม พร้อมทั้งตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถาม
3. นำแบบสอบถามทั้งหมดมาวิเคราะห์ด้วยวิธีการทางสถิติ

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ สถิติที่ใช้ ได้แก่ ค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่า t-test ค่า F-test (การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว One way ANOVA) ทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ด้วยวิธี LSD ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของ Pearson และ การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน (Stepwise Regression Analysis) โดยกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 และ 0.01

ผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ สามารถสรุปผลการวิจัยได้ดังนี้

1. ผลการวิเคราะห์ตัวแปรที่ศึกษา ประชาชนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยโดยรวม และค่าเฉลี่ยรายด้านของทักษะชีวิต ทูทางสังคม การดำเนินชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงและความสุข ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และระดับของทักษะชีวิต ทักษะทางสังคม การดำเนินชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงและความสุข

ตัวแปร	\bar{X}	S.D.	ระดับ
(n=1,084)			
ทักษะชีวิตโดยรวม	3.69	.275	สูง
ด้านการตระหนักรู้ในตนเอง	3.79	.420	สูง
ด้านการมีปฏิสัมพันธ์	3.51	.483	ปานกลาง
ด้านการแก้ไขปัญหา	3.74	.375	สูง
ทักษะทางสังคมโดยรวม	3.69	.269	สูง
ด้านคน	3.55	.432	ปานกลาง
ด้านสถาบัน	3.66	.445	ปานกลาง
ด้านวัฒนธรรม	3.86	.408	สูง
ด้านองค์ความรู้	3.69	.428	สูง
การดำเนินชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงโดยรวม	3.75	.295	สูง
ด้านความพอประมาณ	3.75	.523	สูง
ด้านความมีเหตุผล	3.84	.375	สูง
ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว	3.65	.396	ปานกลาง
ความสุขโดยรวม	3.89	.283	สูง
ด้านความภาคภูมิใจในตัวเอง	3.92	.442	สูง
ด้านการมองโลกในแง่ดี	3.97	.451	สูง
ด้านการเป็นคนเปิดตัว	3.78	.472	สูง
ด้านการเป็นคนควบคุมสิ่งต่างๆได้	3.89	.469	สูง

หมายเหตุ ¹ 1.00- 2.33 = ระดับต่ำ, 2.34 - 3.67 = ปานกลาง, 3.68 - 5.00 = สูง

2. ผลการทดสอบการเปรียบเทียบความสุขตามปัจจัยส่วนบุคคลพบว่าประชาชนที่มีปัจจัยส่วนบุคคลต่างกัน มีความสุขไม่แตกต่างกัน ดังแสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย (t) และความแปรปรวน (F) ของความสุขของประชาชนจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล

(n=1,084)

ปัจจัยส่วนบุคคล	ความสุขโดยรวม			
	t	p-value	F	p-value
เพศ	.052 ^{ns}	.959	-	-
อายุ	-	-	2.350 ^{ns}	.096
สถานภาพสมรส	-.514 ^{ns}	.607	-	-
ระดับการศึกษา	-	-	2.691 ^{ns}	.068
อาชีพ	-	-	2.242 ^{ns}	.063
จำนวนสมาชิกในครอบครัว	-	-	.438 ^{ns}	.646
รายได้ต่อเดือน	-	-	1.099 ^{ns}	.348
ความสมดุลของรายได้	-	-	2.651 ^{ns}	.071
ภาวะสุขภาพ	1.614 ^{ns}	.107	-	-
สถานภาพการเป็นสมาชิกของชมรมในชุมชน	1.411 ^{ns}	.159	-	-
การเข้าร่วมกิจกรรมเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง	1.346 ^{ns}	.179	-	-

หมายเหตุ ^{ns} หมายถึง ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

3. ผลการทดสอบความสัมพันธ์ พบว่า ทักษะชีวิตมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุข (r =0.219, p<0.01) ทูทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุข (r =0.251, p<0.01) และการดำเนินชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุข (r =0.265, p<0.01) ดังแสดงในตารางที่ 4

ตารางที่ 4 ความสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิต ทูทางสังคม การดำเนินชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงกับความสุขของประชาชน

ตัวแปร	ความสุข									
	ด้านความภาคภูมิใจในตัวเอง		ด้านการมองโลกในแง่ดี		ด้านการเป็นคนเปิดตัว		ด้านการเป็นคนควบคุมสิ่งต่างๆได้		โดยรวม	
	r	p	r	p	r	p	r	p	r	p
ทักษะชีวิต	.168**	.000	.118**	.000	.086**	.004	.161**	.000	.216**	.000
ทูทางสังคม	.167**	.000	.118**	.000	.198**	.000	.136**	.000	.251**	.000
การดำเนินชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง	.269**	.000	.094**	.002	.134**	.000	.160**	.000	.265**	.000

หมายเหตุ ** หมายถึง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

4. ผลการทดสอบทักษะชีวิต ทูทางสังคม การดำเนินชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงที่ร่วมกันพยากรณ์ความสุขของประชาชน พบว่า ทักษะชีวิตด้านการตระหนักรู้ในตนเองและด้านการมีภูมิคุ้มกัน ทูทางสังคมด้านสถาบัน ด้านวัฒนธรรม และด้านองค์ความรู้ การดำเนินชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ด้านความพอประมาณ ด้านความมีเหตุผล และด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว ร่วมกันพยากรณ์ความสุขของประชาชน ได้ร้อยละ 12.6 ($R^2 = 0.126$) ซึ่งตัวแปรที่พยากรณ์ความสุขของประชาชนได้ดีที่สุด คือ การดำเนินชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว ดังแสดงในตารางที่ 5

ตารางที่ 5 การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณของทักษะชีวิต ทูทางสังคม การดำเนินชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงที่ร่วมกันพยากรณ์ความสุขของประชาชน

ตัวแปรพยากรณ์	b	SEb	Beta	t	p-value
ค่าคงที่ (a)	2.078	.148		14.023	.000
1. การดำเนินชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว (SE3)	.102	.021	.142	4.805	.000
2. ทูทางสังคมด้านองค์ความรู้ (SC4)	.061	.020	.093	3.099	.002
3. ทักษะชีวิตด้านการตระหนักรู้ในตนเอง (LS1)	.073	.020	.109	3.721	.000
4. การดำเนินชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงด้านความพอประมาณ (SE1)	.044	.016	.082	2.726	.007
5. ทูทางสังคมด้านวัฒนธรรม (SC3)	.055	.021	.080	2.667	.008
6. ทักษะชีวิตด้านการมีภูมิคุ้มกัน (LS2)	.046	.017	.078	2.689	.007
7. ทูทางสังคมด้านสถาบัน (SC2)	.050	.019	.078	2.646	.008
8. การดำเนินชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงด้านความมีเหตุผล (SE2)	.055	.023	.073	2.404	.016
$R = .355$ $R^2 = .126$ $R^2_{adj} = .119$ $F = 19.354$ $Sig = .000$					

หมายเหตุ

- a หมายถึง ค่าคงที่ของสมการพยากรณ์
- b หมายถึง ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์การถดถอยของตัวพยากรณ์ในรูปคะแนนดิบ
- SEb หมายถึง ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐานของ b
- Beta หมายถึง ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์การถดถอยของตัวพยากรณ์ในรูปคะแนนมาตรฐาน
- t หมายถึง ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาใน t - test
- p-value หมายถึง ระดับความมีนัยสำคัญทางสถิติ
- R หมายถึง ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ
- R^2 หมายถึง ค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์
- R^2_{adj} หมายถึง ค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์เมื่อปรับแล้ว
- F หมายถึง ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาใน F - test

อภิปรายผล

ประชาชนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง มีทักษะชีวิตอยู่ในระดับสูง ทั้งนี้เป็นเพราะประชาชนในอำเภอเมือง จังหวัดเลย มีการดำรงชีวิตอย่างเรียบง่าย และมีการรักษาไว้ซึ่งขนบธรรมเนียม จารีต ประเพณีอันดีงามของท้องถิ่น (สำนักงานเทศบาลเมืองเลย, 2554) มีการถ่ายทอดประสบการณ์ ปลูกฝังแนวความคิดการประพฤติปฏิบัติ และทักษะต่างๆที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตที่สั่งสมมาให้คนรุ่นหลังทั้งในระดับครอบครัว และชุมชนแบบรุ่นต่อรุ่น ทำให้ประชาชนรับรู้บทบาทหน้าที่ของตนเองมากขึ้น มีการยอมรับและพอใจในสิ่งที่ตนเป็นอยู่ตามวิถีชีวิตดั้งเดิมของตนเอง รวมถึงมีการแสดงออกที่เหมาะสมกับบุคคลรอบข้าง รับรู้อารมณ์ความรู้สึก ความต้องการของบุคคลอื่น และสามารถอดทนต่อความกดดันจากสิ่งต่างๆที่ทำให้ตนเองรู้สึกไม่สบายใจหรือทุกข์ใจ ตลอดจนสามารถเผชิญและหาทางแก้ไขปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งสอดคล้องกับ (McGuire and Priestley, 1981) ที่ได้กล่าวไว้ว่า การได้รับการปลูกฝังให้มีความรู้ที่ดี จะทำให้สามารถรับรู้เกี่ยวกับข้อจำกัด และข้อดีของตนเอง สามารถเข้าใจแรงจูงใจ ความปรารถนา ความชอบ และเป้าหมายในชีวิตของตนเอง รวมทั้งสามารถหาทางออกกับสิ่งที่ทำให้ตนเองเกิดความเดือดร้อน ไม่สบายใจและทุกข์ใจได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งจะส่งผลให้ประชาชนดำเนินชีวิตอยู่ในชุมชนได้อย่างมีความสุข

ประชาชนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างมีทุนทางสังคมอยู่ในระดับสูง ทั้งนี้เนื่องมาจากประชาชนมีส่วนร่วมต่อกิจกรรมของชุมชนมีการส่งเสริมให้เกิดค่านิยมร่วมกัน มีความไว้วางใจช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ร่วมคิดร่วมทำเพื่อให้เกิดประโยชน์ต่อส่วนรวม รวมถึงการที่ชุมชนที่อาศัยอยู่มีการสืบทอดความเชื่อ ค่านิยม ความศรัทธา ความเป็นไทย ภูมิปัญญาท้องถิ่น วิถีการดำเนินชีวิตที่มีการสั่งสมกันมายาวนาน จากคนรุ่นหนึ่งสู่อีกคนรุ่นหนึ่ง จนเกิดความหลากหลายของความรู้ที่จะนำมาใช้ประโยชน์ได้ มีการนำองค์ความรู้ที่เกิดขึ้นใหม่มาใช้ในการดำเนินชีวิต ที่สามารถทำให้เกิดรายได้แก่ครอบครัวและชุมชน เพื่อตอบสนองเป้าหมายหรือความต้องการของชุมชนได้ สอดคล้องกับสำนักงานกองทุนเพื่อการลงทุนทางสังคม (2542) ที่กล่าวว่า ชุมชนเป็นทุนทางสังคมอย่างหนึ่งที่ทำให้ชุมชนเข้มแข็ง จะต้องประกอบด้วย ฐานทรัพยากรธรรมชาติและฐานวัฒนธรรม ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ การหลอมใจ หลอมความคิด และการผนึกกำลังการสร้างทักษะในการจัดการร่วมกันและแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน ทำให้มีเครือข่ายทางสังคม ในปริมาณและคุณภาพที่พอดี ซึ่งเครือข่ายเหล่านั้นจะสามารถเกื้อกูลกันและตอบสนองความต้องการของประชาชนทั้งที่เป็นนามธรรม และรูปธรรมได้อย่างสมบูรณ์ขึ้น

ประชาชนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างมีการดำเนินชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงอยู่ในระดับสูง ทั้งนี้เนื่องมาจากอาชีพหลักของประชาชนในจังหวัดเลย ได้แก่ การทำนา ทำไร่

เลี้ยงไหมและอุตสาหกรรม (กลุ่มงานประชาสัมพันธ์ สำนักเลขานุการกรมการปกครอง, 2555) ซึ่งแผนพัฒนาจังหวัดเลยประจำปี 2553 - 2556 มีการส่งเสริมให้จังหวัดเลยเป็นเมืองน่าอยู่ เป็นเมืองแห่งการท่องเที่ยวและลงทุน ภายใต้การพัฒนาที่ยั่งยืนโดยกำหนดยุทธศาสตร์การพัฒนาที่ให้ความสำคัญกับ “การพัฒนาคน สังคม คุณภาพชีวิตและเศรษฐกิจพอเพียง” มีเป้าหมายเพื่อให้ประชาชนมีคุณภาพชีวิตที่ดี มีครอบครัวอบอุ่นและมีค่านิยมที่เหมาะสมในการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง (สำนักงานราชการจังหวัดเลย, 2553) โดยมีการให้แนวทางปฏิบัติแก่ประชาชนในเรื่องการใช้จ่ายในชีวิตประจำวันอย่างเหมาะสม พอดี ไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น อีกทั้งส่งเสริมให้ประชาชนมีการตัดสินใจในเรื่องต่างๆอย่างมีสติ โดยอาศัยการพิจารณาจากเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้องกันตลอดจนคำนึงถึงผลที่คาดว่าจะเกิดขึ้นจากการกระทำนั้นๆ อย่างรอบคอบ มีเหตุมีผลและมีความพอประมาณในการดำรงชีวิต เพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของประชาชน ซึ่งจะเป็นกระบวนการสร้างความสุขถาวรสู่ชุมชนต่อไป สอดคล้องกับฉัตรทิพย์ นาถสุภา (2537) ที่กล่าวว่า ระบบเศรษฐกิจของชุมชนไทย เป็นระบบเศรษฐกิจพอเพียง ผลิตพืชผล พืชพันธุ์ไว้เพื่อกิน เพื่อใช้เอง ไม่พึ่งพิงสังคมภายนอก มีความผูกพันกันสูง ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน มีความพอเพียง พอประมาณในตนเอง นับถือระบบเครือญาติ มีเหตุมีผลและรอบคอบอยู่เสมอ

ประชาชนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างมีความสุขอยู่ในระดับสูง ทั้งนี้เป็นเพราะการดำรงชีวิตของประชาชนในอำเภอเมือง จังหวัดเลย เป็นการใช้ชีวิตแบบเรียบง่าย ถ้อยทีถ้อยอาศัย ให้ความสำคัญกับระบบครอบครัว เครือญาติ การมีน้ำใจ และคอยเป็นที่ปรึกษาที่ดีให้กันและกัน ให้อภัย มีความรักสามัคคีซึ่งกันและกัน พึงพอใจในการดำรงชีวิตของตนเอง ซึ่งเป็นไปตามยุทธศาสตร์การพัฒนาของจังหวัดเลย ที่มีเป้าหมายเพื่อให้ประชาชนมีคุณภาพชีวิตที่ดี ที่จะนำไปสู่การสร้างความปลอดภัยเป็นสุขร่วมกันในสังคมไทยได้ สอดคล้องกับMyers (1992) ที่กล่าวว่า ผู้ที่มีความสุขจะรู้สึกยอมรับ และมีความภาคภูมิใจในตัวเอง มีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง มีการมองโลกในแง่ดี มีความคาดหวังที่จะประสบความสำเร็จ รวมทั้งการเป็นคนเปิดตัว เข้าสังคม พบปะ สัมผัสกับผู้อื่น และสามารถควบคุมสิ่งต่างๆได้ ตลอดจนมีการจัดการกับอุปสรรคที่เกิดขึ้นในชีวิตได้

ประชาชนที่มีปัจจัยส่วนบุคคลแตกต่างกัน ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา อาชีพ จำนวนสมาชิกในครอบครัว รายได้ต่อเดือน ความสมดุลของรายได้ ภาวะสุขภาพ สถานภาพการเป็นสมาชิกของชมรมในชุมชน และการเข้าร่วมกิจกรรมเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง มีความสุขไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้เป็นเพราะอำเภอเมือง จังหวัดเลยมีลักษณะทางกายภาพและสภาพแวดล้อมเป็นแบบชุมชนกึ่งเมืองกึ่งชนบท ลักษณะของชุมชนที่มีทั้งแบบลักษณะชุมชนและมีวิถีชีวิตดั้งเดิม ประชาชนประกอบอาชีพเกษตรกรรม ทำนา ทำไร่ ลักษณะครอบครัวเป็นครอบครัวขยายและครอบครัวเดี่ยว รวมถึงลักษณะการปกครองของอำเภอเมือง

จังหวัดเลยที่มีทั้งเขตการปกครองแบบเทศบาลเมือง เทศบาลตำบล และองค์การบริหารส่วนตำบล ลักษณะทางสังคมประชาชนทั้งชายและหญิงมีการพึ่งพาอาศัยกันและกัน มีน้ำใจให้กับเพื่อนบ้าน และญาติผู้ใหญ่ อีกทั้งยังเห็นคุณค่าของขนบธรรมเนียม จารีตประเพณีอันดีงามของท้องถิ่นที่มีการสืบทอดต่อกันมาเป็นเวลายาวนาน และให้ความสำคัญกับการทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกัน ซึ่งเป็นการดำเนินชีวิตที่ส่งเสริมให้ประชาชนอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขและเป็นสังคมที่อยู่เย็นเป็นสุขอย่างยั่งยืน

ทักษะชีวิตมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขของประชาชน ($p < 0.01$) ทั้งนี้เนื่องจากประชาชนที่มีทักษะชีวิตจะสามารถรับรู้ข้อจำกัด ข้อดี ความชอบและเป้าหมายในชีวิตของตนเอง รวมถึงสามารถแสดงออกต่อบุคคลอื่นได้อย่างเหมาะสม มีการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ รับรู้อารมณ์ ความรู้สึกและความต้องการของผู้อื่นตลอดจนสามารถอดทนต่อความกดดันจากสังคม สามารถหาทางออกกับสิ่งที่ทำให้ตนเองรู้สึกไม่สบายใจ ทุกข์ใจหรือเดือดร้อนใจ และสามารถเผชิญกับสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ (McGuire and Priestley, 1981) ซึ่งสอดคล้องกับ De Jong (1995) ที่กล่าวว่า ทักษะชีวิตเป็นสิ่งที่บุคคลมีความจำเป็นต้องมีอย่างยิ่ง เพราะจะทำให้บุคคลสามารถที่จะเผชิญกับชีวิตปัจจุบัน รวมถึงปัญหาและความท้าทายต่างๆ ให้ได้รับความสำเร็จได้ และสอดคล้องกับ WHO (อ้างในกองสุขศึกษา, 2542) ที่สรุปว่า บุคคลที่มีทักษะชีวิตจะแสดงพฤติกรรมในทิศทางที่ถูกต้องเมื่อเผชิญกับแรงกดดันแรงบีบคั้น หรือแรงกระทบจากสิ่งแวดล้อมรอบข้าง ทำให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข และนอกจากนี้ยังสอดคล้องกับบงยุท วงศ์ภิรมย์ศานต์ (2540) ที่กล่าวว่า ทักษะชีวิตเป็นปัจจัยสำคัญในการเลือกทางดำเนินชีวิตในสังคมให้มีประสิทธิภาพ เนื่องจากส่งผลให้บุคคลเกิดการปรับตัวที่ดีในอนาคต ทั้งด้านจริยธรรม สิ่งแวดล้อม และปัญหาสังคมต่างๆ ทั้งนี้ประชาชนที่มีทักษะชีวิตจะรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง รู้สึกพึงพอใจและยอมรับในสิ่งที่ตนเองมี เชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง มีการมองโลกในแง่ดี เข้าสังคมอย่างสม่ำเสมอ ร่วมทำกิจกรรมกับผู้อื่นตลอดจนสามารถควบคุมสิ่งต่างๆ ในการดำรงชีวิตของตนเอง รับรู้เป้าหมายในชีวิตของตนเอง ใช้เหตุและผลในการแก้ไขปัญหามากขึ้น และสามารถถ่ายทอดประสบการณ์ ความรู้ให้แก่ผู้อื่นได้เป็นอย่างดี ซึ่งจะส่งเสริมทำให้ประชาชนมีความสุขในการดำรงชีวิตมากขึ้น

ทูทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขของประชาชน ($p < 0.01$) ทั้งนี้เนื่องจากประชาชนที่มีทูทางสังคมจะมีกระบวนการเรียนรู้ได้ด้วยตนเอง พัฒนาตนเอง เพิ่มศักยภาพ และเรียนรู้ร่วมกันเป็นกลุ่ม ร่วมคิด ร่วมทำในกิจกรรมต่างๆ และมีการนำความรู้มาแลกเปลี่ยน เพื่อเกิดประโยชน์ในการดำรงชีวิต เกิดสายใยความผูกพัน ความไว้วางใจกัน และการมีน้ำใจช่วยเหลือซึ่งกันและกัน โดยผ่านการส่งเสริมและการพัฒนาที่เริ่มต้นจากคนในชุมชน และสถาบันต่างๆ ในชุมชน ซึ่งหากประชาชนได้รับการสนับสนุนจากสถาบันในชุมชน

มากขึ้น จะทำให้เกิดเครือข่ายความสัมพันธ์ที่แน่นแฟ้นระหว่างเครือข่าย กลุ่มเพื่อน กลุ่มองค์กร และหน่วยงาน ซึ่งจะทำให้เกิดการเรียนรู้ การปรับตัว ความพึงพอใจ และมีความสุขในการดำรงชีวิต รวมถึงด้านวัฒนธรรมขนบธรรมเนียม จารีตประเพณีที่ดั้งเดิม ค่านิยม ความเป็นไทย สถาปัตยกรรมต่างๆในท้องถิ่น ตลอดจนการถ่ายทอดภูมิปัญญาท้องถิ่น วิธีการดำเนินชีวิตที่มีการสั่งสมกันมายาวนาน จากคนรุ่นหนึ่งสู่อีกรุ่นหนึ่ง จนเกิดความหลากหลายของความรู้ที่จะนำมาใช้ประโยชน์ และมีการนำองค์ความรู้ที่เกิดขึ้นใหม่มาปรับใช้ในการดำเนินชีวิต ทำให้เกิดพลังที่เข้มแข็งแก่ครอบครัวและชุมชน (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2549) เพื่อตอบสนองเป้าหมายหรือความต้องการของชุมชน คือ การมีสังคมที่สงบ มีความอยู่เย็นเป็นสุขร่วมกัน ซึ่งส่งผลให้ประชาชนมีความสุขในการดำเนินชีวิตอย่างยั่งยืน

การดำเนินชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขของประชาชน ($p < 0.01$) ทั้งนี้เนื่องจากประชาชนที่มีแนวทางการพัฒนาชีวิตตามหลักความพอเพียง จะทำให้ประชาชนดำเนินชีวิตได้อย่างสง่างามน่าภูมิใจ สามารถสร้างและพัฒนาผลผลิตทรัพยากรได้ตามภูมิปัญญา และเทคโนโลยีแบบไทย มีความพอเพียงในครอบครัว ชุมชนมีความเข้มแข็งพึ่งพาตนเองได้ วิถีชีวิตความเป็นอยู่ที่สอดคล้องกับหลักธรรมคำสอนในศาสนา ส่งเสริมให้ประชาชนดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของชุมพลภัทร์ คงธนจารุอนันต์ (2551) ที่พบว่าผู้ที่มีความตระหนักในการใช้ชีวิตความเป็นอยู่แบบเศรษฐกิจพอเพียงจะมีคุณภาพชีวิตตามแนวทางปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงที่ดีและมีความสุขกว่าผู้ที่ไม่มีความตระหนักในการใช้ชีวิตความเป็นอยู่แบบเศรษฐกิจพอเพียง

ทักษะชีวิตด้านการตระหนักรู้ในตนเองและด้านการมีปฏิสัมพันธ์ ทูทางสังคมด้านสถาบัน ด้านวัฒนธรรมและด้านองค์ความรู้ การดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงด้านความพอประมาณ ด้านความมีเหตุผล และด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว ร่วมกันพยากรณ์ความสุขของประชาชนได้ร้อยละ 12.6 ($R^2 = 0.126$) ทั้งนี้เนื่องจากการอยู่ร่วมกันในชุมชน ประชาชนจำเป็นต้องอาศัยทักษะชีวิต ในการปรับตัวให้พร้อมต่อสภาพความเปลี่ยนแปลง ทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคมและสิ่งแวดล้อม โดยอาศัยทุนทางสังคมเพื่อให้เกิดการรวมตัว ร่วมคิด ร่วมทำ คำนึงถึงคุณค่าความเป็นมนุษย์ ความเป็นอัตลักษณ์ของวัฒนธรรมไทย ความเป็นธรรมในสังคมและประโยชน์ต่อส่วนรวม (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม, 2549) และหากดำรงชีวิตโดยยึดหลักความพอเพียง จะทำให้สามารถดำรงอยู่ได้อย่างสงบ ร่มเย็นและเกิดความสุขในชุมชน (คณะอนุกรรมการขับเคลื่อนเศรษฐกิจพอเพียง, 2547)

ข้อเสนอแนะ

จากการวิจัยพบว่า ทักษะชีวิตด้านการมีปฏิสัมพันธ์ของประชาชนอยู่ในระดับปานกลาง ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากประชาชนมีการวางตัว การแสดงออกต่อบุคคลอื่น และมีความอดทนต่อสภาพความกดดันจากสังคมอยู่ในระดับปานกลาง จึงอาจส่งผลให้มีกระบวนการคิด การรับรู้อารมณ์ ความรู้สึก ความต้องการของบุคคลอื่นค่อนข้างน้อย และประสิทธิภาพของการสื่อสารกับบุคคลอื่นลดน้อยลงได้ ดังนั้นหน่วยงานที่เกี่ยวข้องจึงควรมีการส่งเสริมและสนับสนุนให้ประชาชนเกิดการสร้างเครือข่ายของการติดต่อสื่อสาร สร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีกับผู้อื่น โดยการจัดกิจกรรมให้ประชาชนตระหนักถึงวัฒนธรรมการไหว้ การแสดงความเคารพต่อผู้ใหญ่ การยิ้มแย้มแจ่มใส การใช้ภาษาที่ถูกต้องและเหมาะสมในสื่อสาร เพื่อพัฒนาบุคลิกภาพของประชาชนให้เป็นที่ยอมรับและเป็นที่น่าชื่นชมแก่ผู้ที่พบเห็น หรือมาปฏิสัมพันธ์ติดต่อด้วย อีกทั้งการส่งเสริมให้เกิดการให้เรียนรู้การทำงานร่วมกันเป็นทีม การปรับตัว และสร้างค่านิยมการเรียนรู้ภูมิปัญญาชาวบ้านให้กับประชาชนและสามารถถ่ายทอดได้ จะเป็นการพัฒนาเพิ่มพูนความรู้ ความสามารถ และทัศนคติที่ดีต่อทักษะชีวิตของประชาชนที่ถูกต้องและเหมาะสมในการดำเนินชีวิตในสังคมต่อไป

ทูทางสังคมด้านคนและด้านสถาบัน ของประชาชนอยู่ในระดับปานกลาง ดังนั้นหน่วยงานหรือองค์กรในชุมชนควรมีการส่งเสริมให้ประชาชนรู้จักดูแลตัวเอง เพื่อให้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง มีจิตใจที่ดี มีน้ำใจ เคารพกฎระเบียบของสังคม และให้ความสำคัญกับสถาบันที่สำคัญต่างๆ ในสังคม เสริมสร้างให้ประชาชนมีศักยภาพและสามารถเรียนรู้ด้วยตนเองและเรียนรู้ร่วมกันเป็นกลุ่ม ร่วมคิด ร่วมทำในกิจกรรมต่างๆ และนำความรู้มาแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกัน ในชุมชน ตลอดจนควรส่งเสริมให้การจัดกิจกรรมฝึกอบรมปลูกฝังคุณธรรม จริยธรรมให้ประชาชนสำนึกรักชุมชน ให้ข่าวสารที่เป็นประโยชน์ในด้านทูทางสังคม และให้ความรู้ที่ถูกต้องเกี่ยวกับระบบ ทูทางนิยามว่ามีผลดีผลเสียอย่างไรต่อการดำรงชีวิตและชุมชน เพื่อให้ประชาชนสามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงในสังคมปัจจุบันได้อย่างถูกต้อง และมีความสุขในการดำเนินชีวิตเพิ่มมากขึ้น

การดำเนินชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัวเองอยู่ในระดับปานกลาง ดังนั้น หน่วยงานหรือองค์กรในชุมชนจึงควรมีการส่งเสริมให้ประชาชนมีการเตรียมความพร้อมในการรับมือกับผลกระทบและการเปลี่ยนแปลงด้านต่างๆ ที่คาดว่าจะเกิดขึ้นกับชีวิต โดยคำนึงถึงความเป็นไปได้ของสถานการณ์ต่างๆ ในปัจจุบันและอนาคต เสริมสร้างให้ประชาชนมองโลกในแง่ดี มีการปรับตัวต่อสถานการณ์บ้านเมืองปัจจุบัน ไม่ยึดติดกับอดีตที่ทำให้รู้สึกท้อแท้และหมดหวัง เสริมสร้างความแกร่งทางจิตใจ ความยืดหยุ่นทางความคิด ความอดทนต่อความยากลำบาก และเสริมสร้างทักษะให้กลับมามีพลังสู้ มีความคิดไขว่คว้า

ในความสำเร็จที่ตนเองพึงจะปฏิบัติได้ โดยสนับสนุนกิจกรรม เช่น การฝึกอบรมในเรื่องของสมาธิ การนำธรรมะมาปรับใช้ในชีวิตประจำวัน เทคนิคการควบคุมอารมณ์ การฝึกลมหายใจให้ผ่อนคลาย รวมถึงการส่งเสริมให้ประชาชนใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์โดยส่งเสริมกิจกรรม เช่น การเข้าร่วมชมรมกีฬา การเต้นแอโรบิค การเล่นโยคะ การทำงานศิลปะต่างๆโดยใช้จินตนาการเพื่อให้เกิดความคิดสร้างสรรค์ เป็นต้น เพื่อให้ประชาชนมีการปรับตัวที่เหมาะสม และสามารถยอมรับกับสถานการณ์ต่างๆ ในการดำเนินชีวิต ซึ่งจะช่วยให้ประชาชนมีสติ สมาธิ และมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว ส่งผลให้ประชาชนมีความสุขในการใช้ชีวิตตลอดไป

สำหรับการทำวิจัยครั้งต่อไป ควรมีการศึกษาตัวแปรอื่นๆที่อาจมีความสัมพันธ์หรือมีอิทธิพลต่อความสุขของประชาชนเพิ่มเติม เช่น การปรับตัวต่อการเข้าสู่โลกประชาคมเศรษฐกิจอาเซียน ความแกร่งของจิตใจ การรับรู้พลังอำนาจในชุมชน ความศรัทธาในหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง จิตอาสาและจิตสาธารณะ เป็นต้น เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ครอบคลุม อันจะเป็นประโยชน์สำหรับการเสริมสร้างความสุขของประชาชนต่อไป

เอกสารอ้างอิง

- กลุ่มงานประชาสัมพันธ์ สำนักงานเลขาธิการกรมการปกครอง กรมการปกครอง กระทรวงมหาดไทย. (2555). *บันทึกการปกครอง 2555*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ส่วนท้องถิ่น กรมการปกครอง.
- คณะอนุกรรมการขับเคลื่อนเศรษฐกิจพอเพียง. (2547). *เศรษฐกิจพอเพียง คืออะไร*. (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพมหานคร: สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ.
- ฉัตรทิพย์ นาถสุภา. (2537). *เศรษฐกิจหมู่บ้านไทยในอดีต*. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ: ต้นไทรการพิมพ์.
- ชุมพลภักดิ์ คงธนจารุอนันต์. (2551). *การดำเนินชีวิตและคุณภาพชีวิตตามแนวทางปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของเกษตรกรในหมู่บ้านหนองมะจับ ตำบลแม่แฝก อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่*. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาส่งเสริมเกษตร มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ณรงค์ ศรีสวัสดิ์. (2546). *เอกสารประกอบการบรรยายในวิชาจิตวิทยาชุมชนขั้นสูง*. โครงการปริญญาโท สาขาจิตวิทยาชุมชน (ภาคพิเศษ) มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. (อัดสำเนา).

- ประเวช ตันติพิพัฒนสกุลและเอกอนงค์ สีตลาภินันท์. (2554). *คู่มือสร้างสุขระดับจังหวัด*. นนทบุรี: ศรีเอทีพี กรุ.
- ประสพศรี รักความสุขและคณะ. (2550). การสร้างองค์ความรู้และตัวชี้วัดความสุขใน สายตาของชุมชน. *เศรษฐกิจและสังคม*, (มกราคม-มีนาคม), 15, 69 - 74.
- ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานต์. (2540). หลักและวิธีการสอนทักษะชีวิต. *กองบริการการศึกษา*, 8 (68), 8-28.
- สำนักงานกองทุนเพื่อการลงทุนทางสังคม. (2542). *ทุนทางสังคมของสำนักงานกองทุนเพื่อ สังคม*. กรุงเทพมหานคร: ธนาคารออมสิน.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2549). *ภาคผนวก 2 การ บริหารจัดการทุนทางสังคมเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน*.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2549). *รายงานสรุปผล การประชุมประจำปี 2549 ของ สศช. แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10: สังคมที่มีความสุขอย่างยั่งยืน*. ม.ป.ท.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. *แผนพัฒนาเศรษฐกิจและ สังคม แห่งชาติ ฉบับที่ 10 (พ.ศ. 2550-2554)*. สืบค้นเมื่อ 20 มีนาคม 2555, จาก <http://www.odd.go.th/Thaihtml/05022007/PDF/PDF01/index.htm>
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. *แผนพัฒนาเศรษฐกิจและ สังคม แห่งชาติ ฉบับที่ 11 (พ.ศ. 2555-2559)*. สืบค้นเมื่อ 20 มีนาคม 2555, จาก <http://www.nesdb.go.th/Default.aspx?tabid=395>.
- กรุงเทพมหานคร: สำนักงานพัฒนาสังคมและคุณภาพชีวิต.
- สำนักงานเทศบาลเมืองเลย. (2554). *ข้อมูลพื้นฐานจังหวัดเลย*. (อัดสำเนา).
- สำนักงานราชการจังหวัดเลย. (2553). *แผนงานพัฒนาจังหวัดเลย ปี พ.ศ. 2553*. สืบค้นเมื่อ 20 มีนาคม 2555, จาก http://www.loei.go.th/TH/index.php?option=com_content&view=category&id=54&Itemid=294.
- สำนักงานราชการจังหวัดเลย. (2554). *ข้อมูลทั่วไปจังหวัดเลย*. (อัดสำเนา).
- De Jong, T. (1995). *Proposed General Guidelines for a Life Skills Curriculum Framework*. Johannesburg: Centre for Education Policy Development.
- McGuire, J. & Priestley, P. (1981). *Life after School: A Social Skills Curriculum*. Skill Curriculum. Oxford: Pergamon International Library.

- Myers, D. G. (1992). *The Secrets of Happiness*. Retrieved June 21, 2011, from <http://www.psychologytoday.com/articles/200910/the-secrets-happiness>.
- World Health Organization. (1994). *Life Skills Education in schools*. Division of Mental Health. Geneva: World Health Organization. Cited in กองสุขศึกษา สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข. 2542.
- Yamane, T. (1973). *Statistics an introduction analysis*. 2nd ed. New York: Harper & Row Publisher.

