

ระบบการจัดการตนเองตามหลักพุทธธรรมเพื่อเสริมสร้างความอยู่ดีมีสุขของ ชุมชนวัดสำปะชีว จังหวัดสุพรรณบุรี

A Buddhist Principles-Based Self-Management System for Enhancing Well-Being of Wat Sampasiew' Community in Suphanburi Province

¹พระครูวิจิตรวราลังการ (อนันต์ นิสิต), ²สมชัย ศรีนอก และ ³พระมหาสมบุญ ทองแก้ว

¹Phrakru Vichitvaralangkarn (Anan Nisadol), ² Somchai Srinok
and ³Phramaha Somboon Thongkaew

คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Faculty of Education, Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Thailand.

E-mail: ¹anannisadol@gmail.com, ²choo.sink@gmail.com, ³somboon1595@gmail.com

Received October 2, 2024; Revised December 22, 2024 ; Accepted December 23, 2024

บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาองค์ความรู้เกี่ยวกับระบบการจัดการตนเองตามหลักพุทธธรรมเพื่อเสริมสร้างความอยู่ดีมีสุข ของชุมชนวัดสำปะชีว จังหวัดสุพรรณบุรี 2) เพื่อพัฒนาระบบการจัดการตนเองตามหลักพุทธธรรมเพื่อเสริมสร้างความอยู่ดีมีสุขของชุมชนวัดสำปะชีว จังหวัดสุพรรณบุรี และ 3) เพื่อประเมินประสิทธิภาพระบบการจัดการตนเองตามหลักพุทธธรรมเพื่อเสริมสร้างความอยู่ดีมีสุขของชุมชนวัดสำปะชีว จังหวัดสุพรรณบุรี เป็นการวิจัยและพัฒนา ประกอบด้วยการวิเคราะห์เอกสาร โดยใช้เครื่องมือเป็นแบบสอบถามและแบบสัมภาษณ์ ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ทดลองระบบจากแบบสอบถามประชากรกลุ่มตัวอย่างชุมชนวัดสำปะชีว จำนวน 30 คน ข้อมูลผู้ให้ข้อมูลสำคัญจากการสัมภาษณ์ประธานและคณะกรรมการชุมชนวัดสำปะชีว จำนวน 12 คน วิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพด้วยการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา และวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณด้วยสถิติค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลการวิจัยพบว่า

1. ด้านองค์ความรู้ระบบการจัดการตนเองตามหลักพุทธธรรมเพื่อเสริมสร้างความอยู่ดีมีสุขของชุมชนวัดสำปะชีว จังหวัดสุพรรณบุรี พบว่า ระบบ ANHK System ประกอบด้วย A = Action ระบบปฏิบัติการ คือ กระบวนการสนับสนุนการจัดการตนเอง N = Natural capital คือทุนทรัพยากรธรรมชาติ H = Human capital คือทุนมนุษย์ และ K = Knowledge capital คือ ทุนองค์ความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่น

2. ด้านพัฒนาระบบการจัดการตนเองตามหลักพุทธธรรมเพื่อเสริมสร้างความอยู่ดีมีสุขของชุมชนวัดสำปะชีว จังหวัดสุพรรณบุรี พบว่า เป็นการนำหลักพุทธธรรมคือ 1) หลักมัชฌิมาปฏิปทา 2) หลักสันโดษ 3) หลักทิฏฐธัมมิกัตถะ มาบูรณาการกับปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อใช้พัฒนาชุมชนวัดสำปะชีว 3 ด้าน คือ ด้านการจัดการตนเอง ด้านการมีส่วนร่วม และ ด้านการมีภูมิคุ้มกัน

3. ด้านประเมินประสิทธิภาพ ระบบการจัดการตนเองตามหลักพุทธธรรมเพื่อเสริมสร้างความอยู่ดีมีสุขของชุมชนวัดสำปะชีว จังหวัดสุพรรณบุรี พบว่า 1) ด้านการจัดการตนเอง โดยรวมทุกด้านอยู่ในระดับมาก 2) ด้านการมีส่วนร่วม โดยรวมทุกด้านอยู่ในระดับปานกลาง 3) ด้านการมีภูมิคุ้มกัน โดยรวมทุกด้านอยู่ในระดับปานกลาง

คำสำคัญ: ระบบการจัดการตนเอง; หลักพุทธธรรม; ความอยู่ดีมีสุข

Abstract

This article aimed (1) to study knowledge about a Buddhist principles-based self-management system for enhancing well-being of Wat Sampasiew community in Suphanburi Province. (2) To develop a Buddhist principles-based self-management system for enhancing well-being of Wat Sampasiew community in Suphanburi Province. (3) To evaluate efficiency a Buddhist principles-based self-management system for enhancing well-being of Wat Sampasiew community in Suphanburi Province. It's research and development (R&D) consisting of document analysis. Using tools such as questionnaires and interviews in collecting data. Testing the system from a population questionnaire of a sample group of Wat Sampasiew community, totaling 30 people. Important informant information from interviews with 12 presidents and community committee members of Wat Sampasiew community. Qualitative data were analyzed using content analysis and quantitative data was analyzed using percentage statistics, Mean and Standard Deviation. The research results were found as follows;

1. Knowledge's side of a Buddhist principles-based self-management system for enhancing well-being of Wat Sampasiew community in Suphanburi Province. It was found that: -That is, the ANHK System consists of: A = Action, an operating system is a self-managing support process. N = Natural capital, It's natural resource capital. H = Human capital, It's human capital or individual capital, and K = Knowledge capital, It's the knowledge capital of local wisdom.

2. Development's side of a Buddhist principles-based self-management system for enhancing well-being of Wat Sampasiew community in Suphanburi Province. It is an introduction to the principles of the Buddhadharma, namely (1) the principle of Majjhima patipada. (2) Principle of Santosa. (3) Principle of Ditthadhammikatta integrated with the Sufficiency Economy Philosophy for the development of Wat Sampasiew' community in 3 aspects namely: - Self-management' side, Participation' side and immunity' side.

3. Efficiency assessment's side of a Buddhist principles-based self-management system for enhancing well-being of Wat Sampasiew community in Suphanburi Province. It was found that: - 1) Self-management' side is overall all aspects at a high level. 2) Participation' side is overall, all aspects were moderate. 3) Immunity' side is overall, all aspects were moderate. When considering each side, it was found that Beginning self-reliance and joining a support group, the average was the highest, followed by the development of the population in the community to have knowledge and virtue was moderate and the item with the lowest mean at a low level, that is, being prepared to accept the impact of the community consciously with local wisdom.

Keywords: Self-management System; Buddhist Principles; Well-being

บทนำ

การจัดการตนเอง (self-management) เป็นแนวคิดที่มีพื้นฐานมาจากทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social Learning Theory) ของแบนดูรา (Bandura, 1997) ที่มีความเชื่อว่าบุคคลสามารถเรียนรู้ได้โดยการเสริมแรงอย่างเป็นระบบ บุคคลจะกระทำสิ่งใด ๆ เริ่มจากกระบวนการคิดของตนเอง การสังเกตตนเอง กระบวนการตัดสินใจ และการแสดงปฏิกิริยาตอบสนอง ส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตนเองให้เหมาะสมและสอดคล้องกับบริบทในการดำเนินชีวิตของตนเอง ต่อมาได้มีนักวิชาการเชิงจิตวิทยาหลายท่านเสนอแนวคิดในการจัดการตนเองไว้อย่างหลากหลาย เป็นทักษะในการกำกับความคิด ความรู้สึก และการกระทำให้บรรลุผลตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ เป็นการเพิ่มหรือรักษาพฤติกรรมที่พึงประสงค์ให้คงอยู่และจัดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ให้หมดไป และจะทำให้บุคคลประสบความสำเร็จทั้งในชีวิตส่วนตัว การเรียน และการทำงาน (Yates, 1986) การจัดการตนเองในพระพุทธศาสนามีความหมายถึง การพัฒนา คือการทำให้เจริญ (ราชบัณฑิตยสถาน, 2556) การพัฒนาตนเอง หมายถึง ความต้องการของบุคคลในการที่จะพัฒนาความรู้ความสามารถของตนจากที่เป็นอยู่ ให้มีความรู้ความสามารถเพิ่มขึ้น เกิดประโยชน์ต่อตน และหน่วยงาน ชุมชน สังคม ประเทศชาติ อีกทั้งยังเป็นการพัฒนาตนเองตามศักยภาพของตนให้ดีขึ้นทั้งทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา เพื่อเป็นสมาชิกที่มีประสิทธิภาพของสังคม มีความรู้ความสามารถ เป็นประโยชน์ต่อผู้อื่นโดยเฉพาะต่อส่วนรวม ตลอดจนเพื่อการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข

ความอยู่ดีมีสุข เป็นสภาพการณ์ที่ทุกคนในโลกล้วนแสวงหาเพื่อมาสู่ความเป็นอยู่ของตน แต่การบรรลุถึงความอยู่ดีมีสุขของแต่ละบุคคลอาจแตกต่างกันได้ บางคนมีความอยู่ดีมีสุขจากการมีทรัพย์สิน เพื่อแสดงถึงฐานะหรือความมั่งคั่งทางเศรษฐกิจรายได้ของตนเอง ในขณะที่บางคนมีความอยู่ดีมีสุข เนื่องจากการมีสุขภาพที่ดี แข็งแรง หรือบางคนมีความอยู่ดีมีสุขจากการมีความสัมพันธ์ที่ดีของสมาชิกทุกคนในครอบครัว ดังนั้น นักการศึกษานักวิชาการจึงมีความสนใจศึกษาถึงความอยู่ดีมีสุขที่ทุกคนต้องการ รวมทั้งปัจจัยที่ส่งผลให้ชีวิตมีความอยู่ดีมีสุขอย่างต่อเนื่อง การจัดการชุมชนเป็นการดำเนินงานที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของชุมชนในทางที่ดีขึ้น เจริญขึ้นในทุก ๆ ด้าน ทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม การเมือง และสิ่งแวดล้อม สามารถจัดการกับสถานการณ์ และกระแสโลกาภิวัตน์ เพื่อให้สามารถพึ่งตนเองได้หรือช่วยตนเองได้ ประพฤติปฏิบัติในสิ่งที่ถูกต้อง (Damnoen et al., 2021) และมีวัฒนธรรมในการดำรงชีวิตสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข (Klomkul et al., 2023) ชุมชนจะจัดการได้หรือไม่ดำเนินไปในทิศทางใด ต้องมีองค์ประกอบของแนวคิดพื้นฐานการจัดการชุมชน รูปแบบการจัดการ และกระบวนการจัดการชุมชน รวมทั้งการปรับตัวให้ทันต่อสถานการณ์การเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจ สังคม การเมือง และสิ่งแวดล้อม โดยการเสริมสร้างความเข้มแข็งให้แก่ชุมชน โดยต้องมีทุนทางสังคมเป็นหัวใจ (จินตนา อินทนิม, 2563)

บทความนี้นำเสนอการสร้างระบบการจัดการตนเองตามหลักพุทธธรรม เพื่อเสริมสร้างความอยู่ดีมีสุขของชุมชนวัดสำปะชีว นำเสนอ ทดลองนำไปใช้เป็นประโยชน์ทั้งต่อตัวบุคคล ส่วนรวมในชุมชน และต่อองค์กรบริหารส่วนตำบล และเป็นประโยชน์อย่างยิ่งกับพระพุทธศาสนาได้มากที่สุด โดยการศึกษาองค์ความรู้ พัฒนา และประเมินประสิทธิภาพระบบการจัดการตนเองตามหลักพุทธธรรมเพื่อเสริมสร้างความอยู่ดีมีสุขของชุมชนวัดสำปะชีว จังหวัดสุพรรณบุรี

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาองค์ความรู้เกี่ยวกับระบบการจัดการตนเองตามหลักพุทธธรรมเพื่อเสริมสร้างความอยู่ดีมีสุข ของชุมชนวัดสำปะชีว จังหวัดสุพรรณบุรี

2. เพื่อพัฒนาระบบการจัดการตนเองตามหลักพุทธธรรมเพื่อเสริมสร้างความอยู่ดีมีสุขของชุมชนวัดสำปะชีว จังหวัดสุพรรณบุรี
3. เพื่อประเมินประสิทธิภาพระบบการจัดการตนเองตามหลักพุทธธรรมเพื่อเสริมสร้างความอยู่ดีมีสุขของชุมชนวัดสำปะชีว จังหวัดสุพรรณบุรี

การทบทวนวรรณกรรม

แนวคิด ทฤษฎีการจัดการตนเอง

การจัดการตนเอง เป็นการประเมินความรู้ ทักษะ และความสามารถของตนเองอย่างตรงตามความเป็นจริง โดยมีการตั้งเป้าหมายที่มีความเป็นไปได้ การติดตามความก้าวหน้าในการปฏิบัติเพื่อไปสู่เป้าหมาย และการสร้างแรงจูงใจเพื่อไปถึงเป้าหมายที่กำหนด รวมทั้งการควบคุมตนเองและตอบสนองต่อผลสะท้อนกลับ โดยเป็นกระบวนการเรียนรู้หรือการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเป็นรายบุคคล (Browder & Shapiro, 1985) ซึ่งการจัดการตนเอง เป็นการที่บุคคลเลือกในการปรับมุมมองและทักษะที่สามารถนำไปประยุกต์ใช้เพื่อแก้ปัญหาและปฏิบัติพฤติกรรมใหม่ รวมถึงรักษาความมั่นคงทางอารมณ์ (Lorig & Holman, 1993)

นอกจากนั้น การจัดการตนเองยังหมายถึงการช่วยเหลือตนเองของชุมชนในการพัฒนาชุมชน โดยมีวัตถุประสงค์ที่จะทำให้ผู้คนในชุมชนเข้ามามีส่วนร่วมในการกำหนดความต้องการของตนเอง ในการแก้ไขปัญหาของตนเอง (Homan, 2015) ซึ่งชุมชนท้องถิ่นจัดการตนเอง เป็นการเปลี่ยนแปลงสังคมจากชุมชนฐานรากด้วยกระบวนการองค์กรชุมชน พร้อมทั้งความร่วมมือของหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เน้นกระบวนการแบบมีส่วนร่วมทั้งภายในและภายนอกชุมชน การดำเนินการจะต้องเกี่ยวข้องกับทุกมิติในชุมชน โดยการวางแผนแม่บทการพัฒนาชุมชน เพื่อที่จะเป็นการกำหนดทิศทางในการพัฒนา เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งเชิงกายภาพและจิตสำนึกของคนในชุมชน เพื่อให้สามารถพึ่งตนเองได้หรือช่วยตนเองได้ ในการตัดสินใจและดำเนินการแก้ไขปัญหา ตลอดจนตอบสนองความต้องการของชุมชน รวมทั้งการปรับตัวให้ทันต่อสถานการณ์การเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจ สังคม การเมือง และสิ่งแวดล้อม โดยการเสริมสร้างความเข้มแข็งให้แก่ชุมชน โดยต้องมีทุนทางสังคมเป็นหัวใจสำคัญ (จันทนา อินทนิม, 2563)

สรุปได้ว่า การจัดการตนเอง หมายถึง ชุมชน หมู่บ้าน ตำบล อำเภอ จังหวัด จัดการตนเองโดยการบริหารจัดการทุน (คน องค์กรชุมชน ทรัพยากร ฯลฯ) เพื่อการแก้ไขปัญหา และพัฒนาชุมชนตนเองไปสู่เป้าหมายอย่างยั่งยืน

แนวคิด ทฤษฎีเศรษฐกิจพอเพียง

เศรษฐกิจพอเพียง คือ เศรษฐกิจที่ตั้งอยู่บนพื้นฐานของความพอดี พออยู่ พอกิน พอใช้ ยึดหลักมัชฌิมาปฏิปทาในการดำเนินชีวิต มีดุลยภาพระหว่างชีวิตกับสิ่งต่าง ๆ ในการดำเนินชีวิตแบบพอดี พอกิน เป็นสัมมาอาชีวะก่อนเป็นเบื้องต้น จากนั้นจึงพัฒนาไปสู่การกินดีอยู่ดี เศรษฐกิจพอเพียงเป็นปรัชญาหรือแนวคิดโดยมีหลักการ อุดมการณ์ ที่ช่วยพัฒนาชีวิตมนุษย์และสังคมให้มุ่งไปสู่ความยั่งยืน ด้วยการรู้จักตนเอง พึ่งตนเอง พอเพียง ไม่โลภมาก มีเหตุผล และไม่ประมาท (มนูญ มุกข์ประดิษฐ์, 2534) ซึ่งการพัฒนาตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง คือ การพัฒนาที่ตั้งอยู่บนพื้นฐานของทางสายกลางและความไม่ประมาท โดยคำนึงถึงความพอประมาณ ความมีเหตุผล และการสร้างภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว ตลอดจนการใช้ความรู้ ความรอบคอบและคุณธรรมประกอบการวางแผน การตัดสินใจ และการกระทำต่าง ๆ (จิรายุ อิศรางกูร ณ อยุธยา, 2548) อันเป็นแนวทางในการดำรงชีวิตทั้งระดับบุคคล ชุมชน ซึ่งความสามารถในระดับบุคคล คือ การอยู่ได้โดยไม่เดือดร้อน กำหนดความเป็นอยู่ตามฐานะ ตามอัตภาพ ไม่หลงไหลไปตามกระแสวัตถุนิยม มีอิสรภาพ เสรีภาพ ไม่พัวพันการอยู่กับสิ่งใด เป็นการพัฒนาไปสู่ความยั่งยืน (สุเมธ ตันติเวชกุล, 2543) การมีส่วนร่วมของประชาชนในการร่วมคิด ร่วมทำ ร่วม

ประโยชน์ และร่วมตัดสินใจ เพื่อสร้างสรรค์สิ่งใหม่ที่มีประโยชน์ต่อชุมชนและสนองความต้องการของชุมชน (จันทนา อินทิม, 2563)

เศรษฐกิจพอเพียง เน้นการปฏิบัติตามทางสายกลางและปฏิบัติตนอย่างเป็นขั้นตอนคุณลักษณะมี 3 ห่วง และมีเงื่อนไขที่สำคัญ 2 ประการ คือ ความรู้และคุณธรรม ซึ่งเป็นผลให้ผู้ที่สามารถนำปรัชญาเศรษฐกิจมาใช้ในการดำเนินชีวิต ประกอบด้วยกิจกรรมต่าง ๆ สามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนในทุกสถานการณ์ มีน้อยใช้น้อย มีมากใช้มาก ตามอัตราคำลึงของตนเองอย่างมีความสุข

แนวคิดการจัดการตนเองตามหลักพุทธธรรม

หลักพุทธธรรมเพื่อการจัดการตนเอง เพื่อเสริมสร้างความอยู่ดีมีสุข ได้แก่ 1) หลักมัชฌิมาปฏิปทา 2) หลักสันโดษ 3) หลักทวิภูมิมกัตถะ ดังนี้

1) หลักมัชฌิมาปฏิปทา แปลว่า ข้อปฏิบัติอันเป็นกลาง ทางสายกลาง หมายถึง ข้อปฏิบัติที่เป็นกลาง ๆ ไม่หย่อนเกินไป ไม่ตึงเกินไป คือไม่หมกมุ่นอยู่แต่ในกาม และไม่ทำตัวให้ลำบาก คือ 1) สัมมาทิฐิ เห็นชอบ คือ ต้องมีแนวความคิดดี ที่ถูกต้องเสียก่อน เพราะเมื่อคิดดี คิดถูกแล้ว เมื่อลงมือกระทำ การปฏิบัติทางกาย วาจา ใจก็จะถูกต้องตามไปด้วย 2) มัจฉาทิฐิ เห็นผิด คือเมื่อเห็นผิดแล้ว แนวความคิดผิดไม่ถูกต้อง จะทำให้การปฏิบัติทางกาย วาจา ใจ ก็จะไม่ถูกต้อง เสื่อมเสียตามไปด้วย (พระธรรมกิตติวงศ์ ทองดี สุรเตโช, 2551) ฉะนั้น หากอบรมจิตใจ ให้ตั้งมั่น ปราศจากนิรวณ เป็นสมาธิแน่วแน่ มั่นคง แล้วเจริญปัญญาให้รู้บาปบุญ คุณ โทษ รู้จักสภาวะธรรมตามที่เป็นจริง โดยการสมาสสติ คือ สติปัฏฐาน 4 ก็จะทำให้ผู้ปฏิบัติ มีจิตใจและปัญญา จิตใจปัญญาที่ดี ส่งผลการลงมือกระทำทางกาย การพูดทางวาจา ในกิจการงาน ดำเนินชีวิตไปในทางดีด้วย

2) หลักสันโดษ มีรากศัพท์มาจากภาษาบาลี สันโตส บางแห่งใช้ สันตฤทธิ มีศัพท์มาจากธาตุเดียวกัน คือ ส+ตุส เขียนแบบสันสกฤตเป็น สันโตษะ แปลงเป็นภาษาไทยว่า สันโดษ แปลว่า ความเป็นบุคคลผู้มีความยินดีโดยสม่ำเสมอ ผู้สันโดษชื่อว่า สันตฤทธิ (พระพุทธรูปปิยเถระ, 2527) ในคัมภีร์มั่งคัลลตถปิณี ให้ความหมาย ความสันโดษ คือ ความไม่โลภ ชื่อว่า สันตฤทธิตา สันโดษ คือ ความไม่โลภ มีอย่างเดียวกันเท่านั้น ก็จริงอยู่ ถึงอย่างนั้น โดยประเภทแห่งอารมณ์ย่อมเป็น 4 อย่าง ด้วยอำนาจปัจจัย 4 และ เป็น 12 อย่างโดยประเภทแห่ง 4 ดิเกะ (3 หมวดๆ ละ 4) เพราะทำวิภาคว่า สันโดษ ในปัจจัย 4 ปัจจัยละ 3 อย่าง ด้วยสามารถ ยถาลภสสันโดษ ยถาพลสันโดษ และ ยถาสารูปสันโดษ เพราะเหตุนี้ ในอรรถกถาทั้งปวง พระอรรถกถาจารย์ทั้งหลาย จึงกล่าวว่า “สันโดษนั้นมี 12 อย่าง” (มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2524)

3) หลักทวิภูมิมกัตถะ หมายถึง ธรรมที่เป็นไปเพื่อประโยชน์ในปัจจุบันหรือเพื่อสร้างฐานะของตนให้มีความสุขขั้นต้น ประกอบด้วย

1. อุภูฐานสัมปทา ถึงพร้อมด้วยความหมั่น คือขยันหมั่นเพียรในการปฏิบัติหน้าที่การงาน ประกอบอาชีพอันสุจริต มีความชำนาญ รู้จักใช้ปัญญาสอดส่อง ตรวจตรา หาอุบายวิธี สามารถจัดดำเนินการให้ได้ผลดี

2. อารักขสัมปทา ถึงพร้อมด้วยการรักษา คือรู้จักคุ้มครองเก็บรักษาโภคทรัพย์และผลงานอันตนได้ทำไว้ด้วยความขยันหมั่นเพียรโดยชอบธรรม ด้วยกำลังงานตน ไม่ให้เป็นอันตรายหรือเสื่อมเสีย

3. กัลยาณมิตรตตา คบคนดีเป็นมิตร คือรู้จักคบเพื่อน รู้จักหาคุ้มครองที่ดีกำหนดบุคคลในถิ่นอาศัย เลือกเสวนา สำเนียง ศึกษาเยี่ยงอย่างท่านผู้ทรงคุณ มีศรัทธา ศีล จาคะ ปัญญา

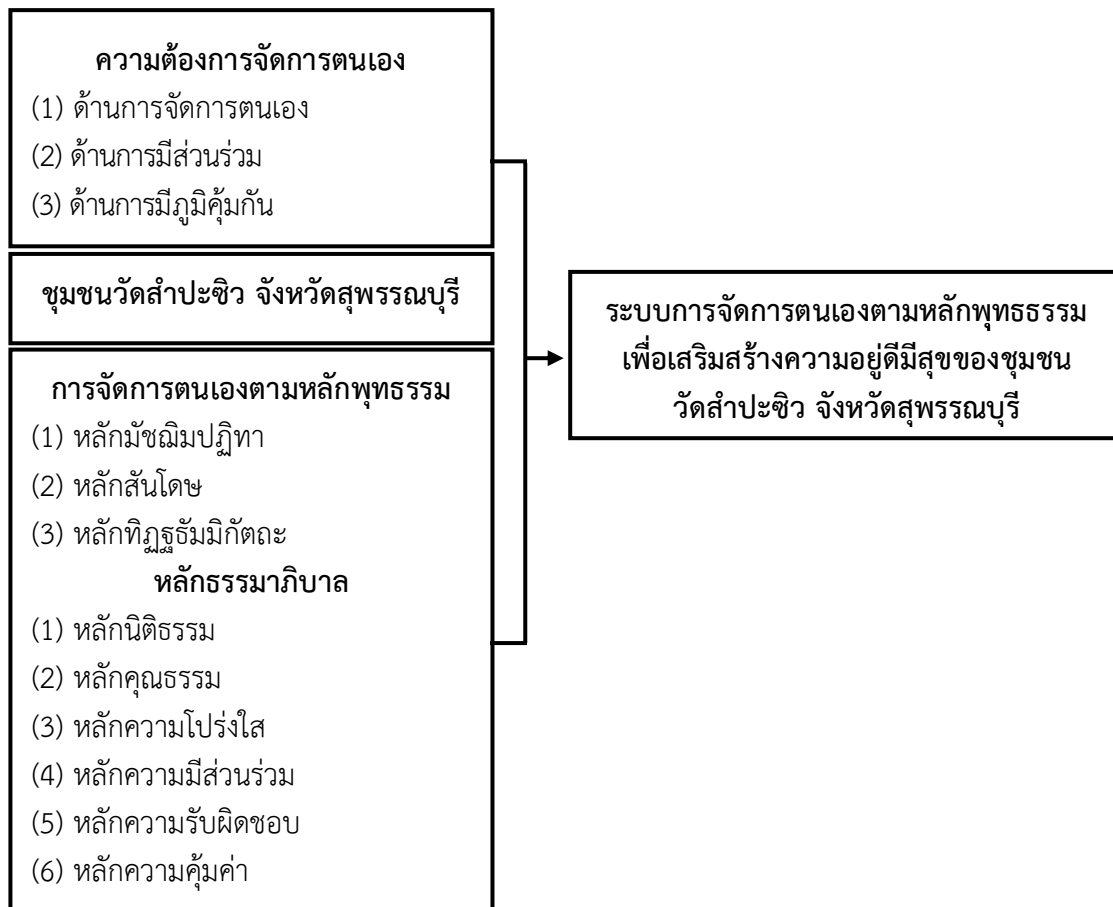
4. สมชีวิตา มีความเป็นอยู่เหมาะสม คือรู้จักกำหนดรายได้และรายจ่าย เลี้ยงชีพแต่พอดี มิให้ผิดเคืองหรือฟุ่มเฟือย ให้รายได้เหนือรายจ่าย รู้จักประหยัดเก็บไว้ (พระพรหมคุณาภรณ์ ป.อ.ปยุตโต, 2551)

สรุปได้ว่า หลักพุทธธรรมเพื่อการจัดการตนเอง เพื่อเสริมสร้างความอยู่ดีมีสุข ได้แก่ 1) หลักมัชฌิมาปฏิปทา คือ ข้อปฏิบัติอันเป็นกลาง ทางสายกลาง หมายถึง ข้อปฏิบัติที่เป็นกลาง ๆ ไม่หย่อนเกินไป ไม่ตึงเกินไป คือไม่หมกมุ่นอยู่แต่ในกาม และไม่ทำตัวให้ลำบาก เป็นเหตุให้บรรลุถึงจุดหมายปลายทางคือ มรรคผลนิพพานได้

2) หลักสันโดษ คือ ความพอใจตามมีตามได้ พอใจในสิ่งที่ตนมี ไม่ทะยานอยาก 3) หลักทิฏฐธัมมิกัตถะ คือ ธรรมที่เป็นไปเพื่อประโยชน์ในปัจจุบันหรือเพื่อสร้างฐานะของตนให้มีความสุขขั้นต้น

กรอบแนวคิดการวิจัย

ผู้วิจัยได้ศึกษา แนวคิด ทฤษฎีจากเอกสาร หนังสือ ตำรา บทความ สื่อออนไลน์ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง สรุปเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัย (Conceptual Framework) ระบบการจัดการตนเองตามหลักพุทธธรรมเพื่อเสริมสร้างความอยู่ดีมีสุขของชุมชนวัดสำปะชีว จังหวัดสุพรรณบุรี ดังนี้



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

ระเบียบวิธีวิจัย

งานวิจัยนี้เป็นการวิจัยและพัฒนา (R & D : Research & Development) โดยกำหนดเป้าหมาย ออกแบบระบบ ทดลองใช้จนได้ผลเป็นที่พอใจแล้วจึงนำไปเผยแพร่เพื่อพัฒนางานให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น ประชากร คือ ประชาชนในชุมชนวัดสำปะชีว หมู่ที่ 3 ตำบลสนามชัย อำเภอมือง จังหวัดสุพรรณบุรี จำนวน 2,915 คน (กระทรวงสาธารณสุข, 2567) กลุ่มตัวอย่าง คือ หัวหน้าครอบครัว ผู้ที่เกี่ยวข้องกับการบริหารชุมชนวัดสำปะชีว หมู่ที่ 3 ตำบลสนามชัย อำเภอมือง จังหวัดสุพรรณบุรี โดยวิธีเจาะจง ได้ประชากรกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน ใช้วิธีการคัดเลือกแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย มี 2 ชนิด ได้แก่ 1) แบบสอบถาม แบ่งเป็น 3 ตอน ดังนี้ ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับผู้ตอบแบบสอบถาม ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับ ตามความคิดเห็นของประชากร ชุมชนวัดสำปะชีว ใน 3 ด้าน คือ (1) ด้านการจัดการตนเอง (2) ด้านการมีส่วนร่วม (3) ด้านการมีภูมิคุ้มกัน และ

ตอนที่ 3 แบบสอบถามปลายเปิด (Open ended Question) ให้ผู้ตอบแบบสอบถามแสดงความคิดเห็นเพิ่มเติมเกี่ยวกับปัญหา อุปสรรคและข้อเสนอแนะแนวทางเกี่ยวกับพัฒนารูปแบบการจัดการตนเองตามหลักพุทธธรรมเพื่อเสริมสร้างความอยู่ดีมีสุขของชุมชนวัดสำปะชีว จังหวัดสุพรรณบุรี 2) แบบสัมภาษณ์ประกอบด้วย แนวทางการสัมภาษณ์ และแบบบันทึกข้อมูลการสัมภาษณ์ แนวคำถามในการสัมภาษณ์ แบ่งออกเป็น 2 ตอน ประกอบด้วย ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้สัมภาษณ์ และตอนที่ 2 แบบสัมภาษณ์ มีเนื้อหาตามวัตถุประสงค์ ระบบการจัดการตนเองตามหลักพุทธธรรมเพื่อเสริมสร้างความอยู่ดีมีสุขของชุมชนวัดสำปะชีว จังหวัดสุพรรณบุรี ผู้วิจัยรวบรวมข้อมูลจากเอกสาร หนังสือ ตำราวิชาการ วารสารและงานวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องรวมทั้งแจกแบบสอบถามกับกลุ่มตัวอย่าง โดยผู้วิจัยนำแบบสอบถามไปแจกและเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ตั้งแต่วันที่ 1 เมษายน พ.ศ. 2566 ถึงวันที่ 31 พฤษภาคม พ.ศ. 2566 รวมเป็นระยะเวลา 2 เดือน จากนั้นนำข้อมูลเชิงปริมาณมาวิเคราะห์โดยใช้ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ส่วนข้อมูลเชิงคุณภาพ ใช้การวิจัยเอกสาร วิเคราะห์สังเคราะห์ข้อมูลแล้วนำมาเขียนบรรยายเชิงพรรณนา

ผลการวิจัย

องค์ความรู้เกี่ยวกับระบบการจัดการตนเองตามหลักพุทธธรรมเพื่อเสริมสร้างความอยู่ดีมีสุข ของชุมชนวัดสำปะชีว จังหวัดสุพรรณบุรี

ผลการวิจัย พบว่า ผลการเปรียบเทียบแนวคิดระบบตะวันตกกับองค์ประกอบระบบทางพระพุทธศาสนา ให้ความสัมพันธ์เชื่อมโยงกัน แนวคิดระบบของตะวันตก ได้แก่ 1) ปัจจัยนำเข้า (Input) 2) ปัจจัยกระบวนการ (process) 3) ปัจจัยผลผลิต (Output) และ 4) ผลย้อนกลับ (Feedback) ส่วนแนวคิดระบบตามหลักพุทธธรรม ได้แก่ 1) ปัจจัยสำคัญเบื้องต้น : ครูอาจารย์/ผู้นำ มีคุณลักษณะที่พบเห็นแล้วเกิดศรัทธา เลื่อมใส น่าเชื่อถือ ไว้วางใจ 2) ปัจจัยหลักสูตร : พระธรรมวินัย ได้แก่ พระธรรม คือหลักคำสอนเกี่ยวกับองค์ประกอบแห่งธรรมที่เป็นนวัฏจักรศตยาสตวรรษหรือพระไตรปิฎก พระวินัย คือ สังฆวินัยและปหานวินัย 3) ปัจจัยผู้เรียน : ผู้ควรแก่การแนะนำสั่งสอน ผู้มีอุปนิสัยพอที่จะฝึกฝนได้ หลักพุทธธรรมในการจัดการตนเองเพื่อเสริมสร้างความอยู่ดีมีสุข ได้แก่ 1) หลักมัชฌิมาปฏิปทา คือข้อปฏิบัติที่เป็นกลาง ๆ ไม่หย่อน ไม่ตึงเกินไป คือไม่หมกมุ่นอยู่แต่ในกาม (กามสุขัลลิกานุโยค) และไม่ทำตัวให้ลำบาก (อัตตคิลมถานุโยค) 2) หลักสันโดษ คือ ความยินดี ความพอใจปัจจัยซึ่งได้มาด้วยเรี่ยวแรงความเพียรโดยชอบธรรม 3) หลักทิวฐธัมมิกัตถะ คือ คุณธรรมที่อำนวยการประโยชน์ปัจจุบันเพราะเป็นเหตุให้ผู้ปฏิบัติมีมงคล

การพัฒนาระบบการจัดการตนเองตามหลักพุทธธรรมเพื่อเสริมสร้างความอยู่ดีมีสุขของชุมชนวัดสำปะชีว จังหวัดสุพรรณบุรี

ผลการวิจัย พบว่า ระบบการจัดการตนเองตามหลักพุทธธรรมเพื่อเสริมสร้างความอยู่ดีมีสุข ด้านการจัดการตนเอง พบว่า ประชากรชุมชนโดยรวมทุกด้านอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า การยึดมั่นประกอบสัมมาชีพซื่อสัตย์สุจริต มีศีลธรรม มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด รองลงมา คือการสร้างผลผลิตชุมชนให้เป็นที่ยอมรับอยู่ในระดับมาก ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด อยู่ในระดับปานกลาง คือ กองทุนชุมชนมีรายรับมากกว่ารายจ่าย สมดุลไม่เป็นหนี้ ด้านการมีส่วนร่วม พบว่า โดยรวมทุกด้านอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ความยินดีตามฐานะ สภาวะและแนววิถีชีวิต มีค่าเฉลี่ย มากที่สุดและอยู่ในระดับปานกลาง รองลงมา คือ ร่วมปรับปรุงชุมชนด้านเศรษฐกิจ สังคมและสิ่งแวดล้อมอยู่ในระดับปานกลางเช่นเดียวกัน และข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดคือ ฝึกอบรมจิตใจให้มั่นคงและนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน และด้านการมีภูมิคุ้มกัน พบว่า ประชากรชุมชนสำปะชีว โดยรวมทุกด้านอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า การเริ่มต้นพึ่งพาตนเองแล้วรวมกลุ่มช่วยเหลือกัน มี

ค่าเฉลี่ยมากที่สุด อยู่ในระดับปานกลาง รองลงมา คือ การพัฒนาประชากรในชุมชนให้มีความรู้คู่คุณธรรม อยู่ในระดับปานกลาง และข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด อยู่ในระดับน้อย คือ เตรียมรับผลกระทบชุมชนอย่างมีสติด้วยภูมิปัญญาปราชญ์ท้องถิ่น

การประเมินประสิทธิภาพระบบการจัดการตนเองตามหลักพุทธธรรมเพื่อเสริมสร้างความอยู่ดีมีสุขของชุมชนวัดสำปะชีว จังหวัดสุพรรณบุรี

ผลการวิจัย พบว่า ความเหมาะสมมากที่สุดคือ ข้อมีความสอดคล้องกับแนวคิดทฤษฎี ในระดับมากที่สุด รองลงมา คือข้อความเหมาะสมของลำดับขั้นตอนการนำเสนอเนื้อหาและข้อความเหมาะสมของการปฏิสัมพันธ์กระบวนการวิจัย ระดับ มากที่สุด เช่นเดียวกัน รองลงมา ระดับมากที่สุด ข้อความสอดคล้องของกรอบแนวคิด รองลงมา ข้อความชัดเจนในการนำเสนอเนื้อหาและข้อความน่าสนใจในการดำเนินเรื่อง ระดับมากที่สุด เช่นเดียวกัน ต่ำที่สุดคือข้อความสอดคล้องของเนื้อหาเกี่ยวกับวัตถุประสงค์และข้อความเหมาะสมของเครื่องมือ อยู่ในระดับมาก ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ผลการวิเคราะห์ความเหมาะสมของระบบการจัดการตนเองตามหลักพุทธธรรมเพื่อเสริมสร้างความอยู่ดีมีสุข

ที่	ระบบการจัดการตนเองตามหลักพุทธธรรม เพื่อเสริมสร้างความอยู่ดีมีสุข	ระดับความพึงพอใจ		
		$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
1	ความสอดคล้องของเนื้อหาเกี่ยวกับวัตถุประสงค์	4.44	0.25	มาก
2	ความถูกต้องของเนื้อหา	4.56	0.25	มากที่สุด
3	ความสอดคล้องกับแนวคิดทฤษฎี	5.00	0.00	มากที่สุด
4	ความสอดคล้องของกรอบแนวคิด	4.67	0.22	มากที่สุด
5	ความเหมาะสมของลำดับขั้นตอนการนำเสนอเนื้อหา	4.78	0.17	มากที่สุด
6	ความชัดเจนในการนำเสนอเนื้อหา	4.56	0.25	มากที่สุด
7	ความน่าสนใจในการดำเนินเรื่อง	4.56	0.25	มากที่สุด
8	ปริมาณของเนื้อหาในแต่ละหน้า	4.44	0.25	มาก
9	ความเหมาะสมของการปฏิสัมพันธ์กระบวนการวิจัย	4.78	0.17	มากที่สุด
10	ความเหมาะสมของเครื่องมือ	4.44	0.25	มาก
	รวม	4.63	0.21	มากที่สุด

อภิปรายผลการวิจัย

ผลการวิเคราะห์ความเหมาะสมของระบบการจัดการตนเองตามหลักพุทธธรรมเพื่อเสริมสร้างความอยู่ดีมีสุขของชุมชนวัดสำปะชีว จังหวัดสุพรรณบุรี

ผลการวิจัย พบว่า ความเหมาะสมมากที่สุดคือ ข้อมีความสอดคล้องกับแนวคิดทฤษฎี ในระดับมากที่สุด รองลงมา คือข้อความเหมาะสมของลำดับขั้นตอนการนำเสนอเนื้อหาและข้อความเหมาะสมของการปฏิสัมพันธ์กระบวนการวิจัย อยู่ในระดับ มากที่สุด เช่นเดียวกัน รองลงมา ระดับมากที่สุด คือข้อความสอดคล้องของกรอบแนวคิด รองลงมา ข้อความชัดเจนในการนำเสนอเนื้อหาและข้อความน่าสนใจในการดำเนินเรื่อง ระดับมากที่สุด

เช่นเดียวกัน ต่ำที่สุดคือ ข้อความสอดคล้องของเนื้อหาเกี่ยวกับวัตถุประสงค์และข้อความเหมาะสมของเครื่องมือ อยู่ในระดับมาก สอดคล้องกับการวิจัย (รุ่งทิพย์ กล้าหาญ และ บรรชร กล้าหาญ, 2550) พบว่า หลังจากการร่วมกิจกรรมการพัฒนาตนเองตามหลักพุทธธรรมโดยอาศัยหลักสามัคคีธรรมสื่อสารผ่านเทคนิควิธีการกระบวนการสร้างอนาคตร่วมกัน ทำให้นักเรียนมีผลสัมฤทธิ์การพัฒนาตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และยังสอดคล้องกับงานวิจัยของอนันตวุฒิ บุญเนื่อง และ คณะ (2566) พบว่า การมีส่วนร่วมของคนในชุมชนเป็นลักษณะชุมชนที่ประชาชนอยู่ร่วมกันด้วยความรัก ความสามัคคี ร่วมมือร่วมใจ พร้อมทั้งจะเสียสละเพื่อส่วนรวม มาเข้าร่วมปรึกษาหารือกับสมาชิกกลุ่มอย่างสม่ำเสมอ ร่วมวางแผน แสดงความคิดเห็น ร่วมกันดำเนินงาน ติดตามผล แก้ไขปรับปรุง ส่วนปัจจัยด้านภาคีเครือข่ายมีลักษณะเป็นกลุ่มบุคคลที่มีเป้าหมายร่วมกันมารวมตัวกันด้วยความสมัครใจเพื่อทำกิจกรรมกลุ่มให้บรรลุเป้าหมาย โดยประชาชนเข้าร่วมเป็นสมาชิกกลุ่มสร้างภาคีเครือข่ายทั้งภายในและภายนอกชุมชนเพื่อส่งเสริมสนับสนุนกิจกรรมของชุมชน

องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย

องค์ความรู้ (body of knowledge) ที่ได้จากการสังเคราะห์ “ระบบการจัดการตนเองตามหลักพุทธธรรมเพื่อเสริมสร้างความอยู่ดีมีสุขของชุมชนวัดสำปะชีว จังหวัดสุพรรณบุรี” คือความรู้ที่ได้จากการวิเคราะห์และสังเคราะห์ แล้วนำมาบูรณาการเป็นความรู้ในระดับที่สูงขึ้น ผลการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้สังเคราะห์องค์ความรู้จากการนำหลักพุทธธรรมมาบูรณาการเพื่อจัดการตนเองให้อยู่ดีมีสุข แสดงองค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัยคือ ระบบ เอ.เอ็น.เอช.เค. (ANHK System) ดังนี้



แผนภาพที่ 1 องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย

จาก แผนภาพที่ 1 องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย แสดงถึง.การนำหลักพุทธธรรมมาบูรณาการเพื่อจัดการตนเองให้อยู่ดีมีสุข แสดงองค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย คือระบบ ANHK System = A = Action ระบบปฏิบัติการ

N = Natural capital ทนทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม H = Human Capital ทนทรัพยากรมนุษย์ K = Knowledge Capital ทนความรู้ หรือองค์ความรู้ชุมชน สามารถอธิบายโดยสังเขปดังนี้

A = Action หมายถึง ระบบปฏิบัติการ คือ กระบวนการสนับสนุนส่งเสริมการจัดการตนเองของชุมชนวัดสำปะชีว โดยมีวัดสำปะชีว มีบทบาทหน้าที่เป็นศูนย์รวมจิตใจของชุมชนวัดสำปะชีว ได้แก่ 1) ร่วมวางแผนตั้งเป้าหมายในการจัดการตนเอง 2) สนับสนุนข้อมูล เพื่อนำมาใช้พัฒนาทักษะที่จำเป็น 3) ส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมประชากรชุมชนด้วยหลักพุทธธรรม เพื่อสร้างสรรค์ความพอเพียง 4) พัฒนา ปรับปรุงระบบ และติดตามผล เพื่อการพัฒนาชุมชนอย่างยั่งยืน

N = Natural capital ทนทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม หมายถึง สิ่งที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติ คือ ทรัพยากรที่ใชหมดไปแล้วเกิดใหม่ทดแทนได้ จำแนกเป็น 4 ประเภท คือ 1) ทรัพยากรที่ใชแล้วหมดไป ธรรมชาติจะสร้างขึ้นใหม่เพื่อทดแทนแต่ใช้เวลานาน 2) ทรัพยากรที่ใชแล้วเกิดทดแทนได้ หากใช้ไปมากกว่าอัตราเกิดจะทำให้ทรัพยากรบางชนิดหมดไป ไม่ทันความต้องการ 3) ทรัพยากรที่ใชไม่หมดสิ้น เช่น อากาศ แสงอาทิตย์ น้ำ และดิน เป็นลักษณะธรรมชาติหมุนเวียนแต่อาจเปลี่ยนแปลงคุณภาพได้หากถูกปนเปื้อนหรือถูกรบกวนเกี่ยวกับคุณภาพสิ่งแวดล้อม (4) คุณภาพสิ่งแวดล้อม หมายถึง คุณภาพของธรรมชาติ เช่น สัตว์ พืช ทรัพยากรธรรมชาติ และสิ่งที่มีมนุษย์ได้ทำขึ้นเพื่อประโยชน์ต่อการดำรงชีพและความสมบูรณ์สืบไปของมนุษยชาติ

H = Human Capital คือทุนมนุษย์ ทนทรัพยากรมนุษย์ ประกอบด้วย ทักษะที่สะสมมาความรู้ ความชำนาญ ประสบการณ์ ความเชี่ยวชาญ ความคิดสร้างสรรค์ ตลอดจนบุคลิกภาพ และทรัพย์สินส่วนบุคคลอื่น ๆ ที่จับต้องไม่ได้ ประกอบด้วยปัจจัยหลายประการ ได้แก่ 1) ทักษะจุดแข็ง และจุดอ่อนของประชากรชุมชน 2) การศึกษาและการฝึกอบรม 3) ความฉลาดในงานและความฉลาดทางอารมณ์ 4) บุคลิกภาพ 5) ประสบการณ์การทำงาน 6) ความเป็นอยู่ที่ดีของประชากรชุมชน และ 7) ความจงรักภักดีต่อองค์กร

K = Knowledge Capital คือ ทนความรู้ หรือองค์ความรู้ชุมชน เป็นทรัพยากรที่ไม่มีตัวตนแต่มีคุณค่าแก่องค์กรมาก ประกอบด้วย 1) ความรู้ท้องถิ่นต่าง ๆ ที่องค์กรพัฒนาและสะสมมา 2) การได้บุคลากรที่มีความเชี่ยวชาญมีความรู้ประสบการณ์สูงมาร่วมงาน 3) ฐานข้อมูลต่าง ๆ ได้แก่ ข้อมูลงานวิจัย ข้อมูลประชากร ข้อมูลคู่แข่ง เป็นต้น

สรุป

บทความนี้มุ่งศึกษาระบบการจัดการตนเองตามหลักพุทธธรรมเพื่อเสริมสร้างความอยู่ดีมีสุขของชุมชนวัดสำปะชีว จังหวัดสุพรรณบุรี โดยใช้การวิจัยและพัฒนา (R&D) ระบบที่พัฒนาขึ้นเรียกว่า ANHK System ประกอบด้วยทุนทรัพยากรธรรมชาติ ทุนมนุษย์ และทุนองค์ความรู้ กระบวนการสนับสนุนการจัดการตนเองประกอบด้วย การวางแผน พัฒนาทักษะ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตามหลักพุทธธรรม และติดตามผล นอกจากนี้ระบบยังได้นำหลักพุทธธรรม เช่น หลักมัชฌิมาปฏิปทา หลักสันโดษ และหลักทิฏฐธัมมิกัตถะ มาประยุกต์ร่วมกับปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงในการพัฒนาชุมชน โดยเน้นการจัดการตนเอง การมีส่วนร่วม และการสร้างภูมิคุ้มกัน ผลการประเมินประสิทธิภาพของระบบพบว่า การยึดมั่นในสัมมาชีพและการสร้างผลผลิตชุมชนได้รับการยอมรับในระดับสูง ส่วนการมีส่วนร่วมของชุมชนโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เช่นเดียวกับการพัฒนาภูมิคุ้มกัน ขณะที่ข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดคือการเตรียมรับผลกระทบชุมชนอย่างมีสติและใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่น

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

ควรจัดสัมมนาและอบรมโครงการพุทธบุตร ซึ่งประกอบด้วยกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อเสริมสร้างความรู้และทักษะการเรียนรู้ ให้ผู้เข้าร่วมสามารถเข้าใจสถานการณ์ในสังคมไทยและโลกได้อย่างรอบด้านและทันสมัย อีกทั้งควรนำ "ระบบการจัดการตนเองตามหลักพุทธธรรมเพื่อเสริมสร้างความอยู่ดีมีสุขของชุมชนวัดสำปะชีว จังหวัดสุพรรณบุรี" ไปประยุกต์ใช้กับชุมชนที่มีลักษณะทางกายภาพและภูมิศาสตร์คล้ายคลึงกัน เพื่อเสริมสร้างความมั่นคงและยั่งยืนในด้านการพัฒนาชุมชนอย่างต่อเนื่อง

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

ควรทำการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับระบบการจัดการตนเองในการสื่อสารพุทธธรรมกับคนรุ่นใหม่ รวมถึงการวิจัยเรื่องการสื่อสารพุทธธรรมในรูปแบบภาษาอังกฤษเพื่อขยายการเข้าถึงในระดับสากล นอกจากนี้ ควรศึกษาระบบการจัดการตนเองเชิงพุทธที่สอดคล้องกับบริบทของสังคมสมัยใหม่ เพื่อให้พุทธธรรมสามารถตอบโจทย์และปรับใช้ได้อย่างเหมาะสมกับการเปลี่ยนแปลงทางสังคม

เอกสารอ้างอิง

- กระทรวงสาธารณสุข. (2567). รายงานข้อมูลตำบลสนามชัย. สืบค้นเมื่อ 12 เมษายน 2567, จาก <https://3doctor.hss.moph.go.th/main>
- จันทนา อินทนิม. (2563). การจัดการชุมชนเข้มแข็ง ตามแนวคิดปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง : กรณีศึกษาศูนย์การเรียนรู้ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ตำบลบางปลา อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ. *วารสารนวัตกรรมการบริหารและการจัดการ*, 8(3), 116-127.
- จิรายุ อิศรางกูร ณ อยุธยา. (2548). การขับเคลื่อนเศรษฐกิจพอเพียง. *วารสารเศรษฐกิจและสังคม*, 42(6), 41-47.
- พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช). (2551). *พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสตร์ คำวัด*. (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ: ธรรมสภาและสถาบันบันลือธรรม.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) (2551). *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม*. (พิมพ์ครั้งที่ 17). กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พระพุทธรูปยง. (2527). *รูปสถิติปริทัศน์นิรุกติศาสตร์ภาษาบาลี*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์กรมการศาสนา.
- มนูญ มุกข์ประดิษฐ์. (2534). *โครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ รูปแบบและแนวคิดในลักษณะเป็นพุทธศาสตร์สังคม*. กรุงเทพฯ: วิทยาลัยป้องกันราชอาณาจักร.
- มหามกุฏราชวิทยาลัย. (2524). *มิ่งคลั่งที่ปิ่นแปล เล่ม 4*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2556). *พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554*. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: นานมีบุ๊คส์พับลิเคชันส์.
- รุ่งทิพย์ กล้าหาญ และ บรรชกร กล้าหาญ. (2550). *การพัฒนาตนเองตามหลักพุทธธรรมโดยอาศัยหลักสามัคคีธรรม* (รายงานวิจัย). มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- สุเมธ ตันติเวชกุล. (2543). การดำเนินชีวิตในระบบเศรษฐกิจพอเพียง. *วารสารข่าวราชการ*, 45(2), 1-6.
- อนันตวุฒิ บุญเนื่อง, ทนงค์ดี เหมือนเตย และ เด่นณรงค์ ธรรมมา. (2566). ปัจจัยความสำเร็จในการสร้างชุมชนเข้มแข็งบ้านสัมมาชีพชุมชน กรณีศึกษาบ้านโกรกกลี ตำบลน้ำรอบ อำเภอลานสัก จังหวัดอุทัยธานี. *วารสารมหาจุฬานาครทรรณ*, 10(2), 342-356.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The Exercise of Control*. New York: Freeman and Company.

- Browder, D. M., & Shapiro, E. S. (1985). Applications of Self-Management to Individuals with Severe Handicaps: A Review. *Journal for the Association for Persons with Severe Handicaps*, 10(4), 200-208.
- Damnoen, P. S., Siri, P., Supattho, P. S., & Kaewwilai, K. (2021). The Development of Student Characteristics in According to the Nawaluk Framework of the Buddhist integration of Buddhapanya Sri Thawarawadee Buddhist College. *Asia Pacific Journal of Religions and Cultures*, 5(2), 126–135.
- Homan, M. S. (2015). *Promoting Community Change: Making It Happen in the Real World*. (6th ed.). Massachusetts: Cengage Learning.
- Klomkul, L., Damnoen, S., Sawasdee, U., & Wilairadtanakun, A. (2023). Network Development of Buddhist Communication Innovative Space For Media Literacy of Thai Youths. *Journal of Namibian Studies: History Politics Culture*, 35, 919-935.
- Lorig, K., & Holman, H. (1993). Arthritis Self-management Studies: A Twelve-year Review. *Health Education Quarterly*, 20(1), 17-28.
- Yates, B. T. (1986). *Applications in Self-management*. California: Wadsworth Publishing.