

## ทัศนคติของหัวหน้าครอบครัวและข้อมูลพื้นฐานตามแนวคิดความอยู่เย็นเป็นสุข ใน จ.ขอนแก่น

กฤษกร จริงจรีต<sup>1</sup>, กัลยารัตน์ ลีสุขสวัสดิ์<sup>1</sup>, เก่งกาจ วินัยโกศล<sup>1</sup>, ฐานศักดิ์ สมัตตะ<sup>1</sup>, ปวีณา ศรีวรรพอรกุล<sup>1</sup>, ภัทร เหล่าภัทรเกษม<sup>1</sup>,  
เอกลักษณ์ แสงศิริรักษ์<sup>1</sup>, นฤมล สีนุพรรณ<sup>2</sup>, พิศิษฐ์ โจทยักัง<sup>2</sup>

<sup>1</sup>นักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 5 กองเวชศาสตร์ชุมชน <sup>2</sup>อาจารย์ภาควิชาเวชศาสตร์ชุมชน คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

## The Attitude of Breadwinner toward the Concept of Wellbeing and their Families' Current Standard of Living

Gidsakon Gingjarid<sup>1</sup>, Gunyarud Leesuksawad<sup>1</sup>, Genggard Vinaikosol<sup>1</sup>, Thanasak Samudta<sup>1</sup>,  
Paveena Srivorapornkul<sup>1</sup>, Puttara Laoupattaragasame<sup>1</sup>, Agegaluck Sangsiruck<sup>1</sup>, Narumon Sinsupan<sup>2</sup>,  
Phisid Jodking<sup>2</sup>

<sup>1</sup>5<sup>th</sup> years medical students <sup>2</sup>Lecturer Community Medicine Department, Faculty of Medicine, Khon Kaen University.

**หลักการและเหตุผล:** สังคมไทยในปัจจุบันมีการยึดถือแนวคิดวัตถุนิยมมากขึ้นผู้คนต่างมีความคิดที่ว่าทำอะไรให้รวย เกษตรกรทิ้งถิ่นฐานที่ทำกินในชนบทเข้าสู่เมืองเพื่อหาเงิน เกิดปัญหาสังคมตามมามากมาย ทางคณะกรรมการสุขภาพแห่งชาติได้ตระหนักถึงปัญหาดังกล่าวจึงได้จัดประชุมสมาชิกสุขภาพว่าด้วยความอยู่เย็นเป็นสุขขึ้น และมีการพัฒนาตัวชี้วัดความสุขของประชาชนชาวไทย โดยมีองค์ประกอบ 8 ประการ คือ 1) ความมั่นคงในชีวิต ตัวชี้วัดความสุขได้แก่ ที่ดินทำกิน ที่อยู่อาศัยที่มั่นคง อาหารพอเพียง 2) สุขภาพกาย ใจ ตัวชี้วัดได้แก่ สุขภาพกาย สุขภาพจิต 3) ครอบครัวที่ดี ตัวชี้วัดได้แก่ การอยู่พร้อมหน้าครอบครัว และมีงานทำ ความรัก ความเข้าใจ ไม่ทะเลาะ วิวาทระหว่างกัน 4) ชุมชนเข้มแข็ง ตัวชี้วัดได้แก่ การเรียนรู้แบบกลุ่ม ผู้นำแบบไม่เป็นทางการ และการพัฒนาการนำกิจกรรมกลุ่ม 5) สิ่งแวดล้อม ทางชีวิตที่ดี ตัวชี้วัดได้แก่ ดินที่อุดม น้ำและสัตว์ที่บริบูรณ์ สิ่งแวดล้อมปราศจากมลพิษหรือสารเคมี มีถนนประปาและไฟฟ้าใช้ 6) เสรีภาพ เสรีภาพในการกระทำสิ่งใดที่ไม่กระทบทางลบต่อผู้อื่น ปลอดภัยในตนเอง ตัวชี้วัดได้แก่ ครอบครัวที่เป็นสุข การงานที่สำเร็จ 8) การเข้าถึงธรรมชาติ ตัวชี้วัดได้แก่ ชีวิตที่สงบ มีความพอใจในตนเอง ทำบุญหรือช่วยเหลือผู้อื่น ทางคณะผู้วิจัยจึงต้องการศึกษาทัศนคติ

**Background:** In recent years, Thai's lifestyle and the concept of "well-being" have changed to become more materialism. These changes causes serious social problems which need to be solved urgently.

We therefore focused on the breadwinners in Bannongkung Moo 17 and their opinions of the well being concept. And at the same time trying to push forward this concept into the community.

### Objectives:

1. To know the breadwinners' attitude towards the "Well being concepts" and

2. To know the standard of living in this community. (i.e. certainty of life, physical and mental health, functional stable, interactive community, non-polluted, political freedom, self satisfaction)

**Study design:** Descriptive study

**Setting:** Bannongkung Moo 17, Sila subdistrict, Mueng district, Khon Kaen province, Thailand.

**Sample&Sampling method:** 75 breadwinners, who lived in Bannongkung Moo 17, were selected by systematic random sampling.

**Data collection:** Interviewed questionnaires and focus group discussion.

และข้อมูลพื้นฐานตามแนวความคิดดังกล่าวในชุมชนเพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานในการนำไปปรับปรุงแก้ไขปัญหาของชุมชนต่อไป

**วัตถุประสงค์:** ศึกษาทัศนคติ หาช้อมูลพื้นฐานตามแนวคิด “อยู่เย็นเป็นสุข” ความคิดเห็นเกี่ยวกับความสุข ความทุกข์ และระดับความสุขของครอบครัว จากหัวหน้าครอบครัวในชุมชน

**รูปแบบการศึกษาวิจัย:** การวิจัยเชิงพรรณนา

**สถานที่ศึกษา:** บ้านหนองงู หมู่ 17 ตำบลศิลา อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น

**กลุ่มตัวอย่าง:** หัวหน้าครอบครัวจากการสุ่มตัวอย่าง จำนวน 75 คน ที่อาศัยอยู่ในหมู่บ้านในระยะเวลาที่ทำการสำรวจ

**การสุ่มตัวอย่าง:** การสุ่มแบบเป็นระบบ

**เครื่องมือในการเก็บข้อมูล:** แบบสัมภาษณ์และการสนทนากลุ่ม

**การวิเคราะห์ข้อมูล:** ใช้สถิติเชิงพรรณนาโดยเสนอในรูปแบบความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย แผนภูมิแท่ง แผนภูมิวงกลม

**ผลการวิจัย:** จากการสัมภาษณ์ตามแบบสอบถาม 75 ชุด มีผู้ตอบแบบสอบถามครบ 75 ชุด (ร้อยละ100) เป็นเพศชายมากกว่าหญิง(ชายร้อยละ 58.70 หญิงร้อยละ 41.30) โดยส่วนใหญ่(ร้อยละ 89.3) เห็นด้วยกับแนวความคิดอยู่เย็นเป็นสุข และส่วนที่ไม่เห็นด้วย(ร้อยละ 10.7)นั้น ต้องการที่จะมีเงินมากๆ และมีรถยนต์ ในส่วนข้อมูลพื้นฐานสิ่งที่ครอบครัวมีมากที่สุด คือ การมีสาธารณูปโภคครบ (ร้อยละ100)การมีอิสรภาพ (ร้อยละ 98.7) รองลงมาคือชุมชนอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข (ร้อยละ 96) และมีผิวเดียวเมียวเดียว (ร้อยละ 96) พบว่าสิ่งที่ เป็น ปัญหามากที่สุดคือ มีหนี้สิน(ร้อยละ 64) รองลงมาคือ สุขภาพไม่แข็งแรง(ร้อยละ 41.3) และการมีอาชีพที่ไม่มั่นคง (ร้อยละ 41.3) ส่วนความสุขของครอบครัวพบว่าให้ความสำคัญในเรื่องความอบอุ่นของครอบครัวมากที่สุด(ร้อยละ 36) รองลงมาคือ มีเงินพอใช้ สุขภาพแข็งแรง ไม่มีหนี้สิน ลูกหลานเป็นคนดี ในด้านความทุกข์นั้น ให้ความสำคัญด้านเศรษฐกิจการเงินมากที่สุด(ร้อยละ 49) รองลงมาคือ ร่างกายเจ็บป่วย ลูกหลานไม่ดี บุคคลในครอบครัวทะเลาะกันและระดับความสุขของครอบครัวส่วนใหญ่มีความสุขพอๆกับความทุกข์ รองลงมาคือ มีความสุขดีมีความสุขบ้างเล็กน้อย

**สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ:** หัวหน้าครอบครัวบ้านหนองงู หมู่ 17 ส่วนใหญ่เห็นด้วยกับแนวความคิดดังกล่าว ถึงแม้ว่าจะยังมีปัจจัยพื้นฐานไม่ครบและมีปัญหาอุปสรรคบ้าง แต่ครอบครัวก็มีความสุขได้ถ้ามีครอบครัวที่อบอุ่น และแม้ บางส่วนจะมีความเห็นว่าเงินช่วยสร้างความสุขให้มากขึ้น แต่ก็มิได้ให้ความสำคัญกับค่าของเงินมากเกินไปครอบครัว จึงควรมีการผลักดันส่งเสริมแนวความคิดอยู่เย็นเป็นสุขในชุมชนเพื่อให้ทุกครอบครัวอยู่เย็นเป็นสุขอย่างแท้จริง และ

**Data analysis:** Using Epi info version 6 to generate descriptive statistics (i.e. frequency, percentage and mean)

**Result:** All questionnaires were answered and returned. Most of the respondents are men (58.70%) aged between 31-60yrs (78.7%). Most of them (89.3%) agreed with the concept, on the other hand, the others who didn't agree suggested that money and cars are also necessary. The most common problems found are debt, illness and unstable job (64.0%, 41.3%,41.3%respectively). Most breadwinners suggested that genial family (36%) were the main reason for happiness. And financial crisis (49%) were the main reason for unhappiness.

**Conclusion:** Most breadwinners agreed with the Well Being Concept and satisfied with what they have. However, most of them also suggested that money still is necessary for livings and if we don't adhere to the money to much it would make us happier.

**Keywords:** community, Well being concept.

ปัญหาสำคัญที่พบในชุมชนที่ควรได้รับการแก้ไขได้แก่ปัญหาหนี้สิน ปัญหาสุขภาพ อาชีพการงานไม่มั่นคง และปัญหาแหล่งน้ำเน่าเสีย

ศรีนครินทร์เวชสาร 2549; 21(3): 169-76 • Srinagarind Med J 2006; 21(3): 169-76

## บทนำ

สังคมไทยในปัจจุบันมีวิถีชีวิตเปลี่ยนแปลงไป มีการยึดถือแนวความคิดวัตถุนิยมมากขึ้น ผู้คนต่างมีความคิดที่ว่าทำอะไรให้รวยที่สุดและเร็วที่สุด เกษตรกรทิ้งถิ่นฐานที่ทำกินในชนบทเข้าสู่เมืองเพื่อหาเงิน ทำให้เกิดปัญหาสังคมตามมามากมาย เช่น ปัญหาตกราง ปัญหาอาชญากรรม เป็นต้น<sup>1,2</sup> ทางคณะกรรมการสุขภาพแห่งชาติได้ตระหนักถึงปัญหาดังกล่าวจึงได้จัดเวทีจุดประกายสุขภาพชุมชนว่าด้วยความอยู่เย็นเป็นสุข<sup>3,4,5,6</sup> ในส่วนของภาคอีสานนำโดย นพ.อภิสิทธิ์ อำนวยวงกุล<sup>7</sup> ได้รวบรวมปราชญ์ชาวบ้านร่วมกันหาตัวชี้วัดปัจจัยพื้นฐานที่เกษตรกรพึงมีและเพียงพอที่จะสามารถดำรงชีวิตได้อย่างอยู่เย็นเป็นสุข สรุปได้เป็น 8 หมวด ซึ่งทางคณะผู้จัดทำต้องการสำรวจทัศนคติและข้อมูลพื้นฐานของชุมชนบ้านหนองกุง หมู่ 17 เกี่ยวกับแนวความคิดดังกล่าวเพื่อเป็นการผลักดันแนวความคิดและนำข้อมูลที่ได้ไปแก้ไขปัญหของชุมชนต่อไป

## วิธีการ

เป็นการศึกษาวิจัยเชิงพรรณนาทำการศึกษาจากหัวหน้าครอบครัวจำนวน 211 คน ที่อาศัยในชุมชนบ้านหนองกุง หมู่ 17 จำนวนขนาดตัวอย่างได้ 75 คน โดยการสุ่มตัวอย่างแบบเป็นระบบ ทำการเก็บข้อมูลโดยใช้แบบสัมภาษณ์ และการสนทนากลุ่ม และวิเคราะห์ข้อมูลโดยโปรแกรม Epi info version 6 ใช้สถิติเชิงพรรณนา เสนอในรูป ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย แผนภูมิแท่งและแผนภูมิวงกลม

## ผลการวิจัย

### ข้อมูลจากการสัมภาษณ์ :

จากแบบสัมภาษณ์หัวหน้าครอบครัว 75 ชุด ได้รับการตอบสัมภาษณ์ครบ 75 ชุด เป็นชาย 44 คน (ร้อยละ 58.7) และหญิง 31 คน (ร้อยละ 41.3) ส่วนใหญ่อยู่ในช่วงอายุ 31-60 ปี 59 คน (ร้อยละ 78.7) อาศัยอยู่ในหมู่บ้านนานเกิน 10 ปี 69 คน (ร้อยละ 92) อยู่ในสถานะภาพสมรส 60 คน (ร้อยละ 80) ประกอบอาชีพรับจ้างทั่วไป 16 คน (ร้อยละ 21.3) รองลงมาเป็นอาชีพเกษตรกรและลูกจ้างประจำ 13 คน (ร้อยละ 17.3)

เท่ากัน โดยส่วนใหญ่จบการศึกษาระดับประถมศึกษา 49 คน (ร้อยละ 65.3) และทุกคนนับถือศาสนาพุทธ (ร้อยละ 100)

ความคิดเห็นเกี่ยวกับแนวความคิดอยู่เย็นเป็นสุขของคณะกรรมการสุขภาพแห่งชาติ พบว่าเห็นด้วยกับแนวความคิดนี้ 67 คน (ร้อยละ 89.3) ในส่วนของผู้ที่ไม่เห็นด้วย 8 คน (ร้อยละ 10.7) ต้องการที่จะมีเงินและรถยนต์เพิ่มเติมจากแนวความคิดดังกล่าว

ข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับแนวความคิดอยู่เย็นเป็นสุขของครอบครัวตามตัวชี้วัดความสุข พบว่า ชาวบ้านส่วนใหญ่มีที่อยู่อาศัยเป็นของตนเองและมีอาหารกินครบ 3 มื้ออย่างพอเพียง 72 ครอบครัว (ร้อยละ 96) ทุกครัวเรือนมีสาธารณูปโภคพื้นฐาน ได้แก่ ถนน น้ำประปา และไฟฟ้าครบ (ร้อยละ 100) สมาชิกในครอบครัวอยู่กันอย่างพร้อมหน้าพร้อมตา 65 ครอบครัว (ร้อยละ 86.7) และพอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่ 67 ครอบครัว (ร้อยละ 89.3) ในส่วนที่ครอบครัวขาดไปมากที่สุด คือ การมีหนี้สินจำนวน 48 ครอบครัว (ร้อยละ 64) รองลงมา ได้แก่ ปัญหาด้านสุขภาพ และไม่มีอาชีพการงานที่มั่นคงจำนวน 31 ครอบครัว (ร้อยละ 41.3) เท่ากันดังแสดงในตารางที่ 1)

ความคิดเห็นของหัวหน้าครอบครัวเกี่ยวกับความสุขของครอบครัวพบว่าหัวหน้าครอบครัวมีความเห็นไปในทางเดียวกันมากที่สุดคือ ครอบครัวอบอุ่นร้อยละ 36 รองลงมาคือ มีเงินพอกินพอใช้ ร้อยละ 14 สุขภาพแข็งแรง กินอยู่อย่างพอเพียง และไม่มีหนี้สิน ร้อยละ 10 เท่ากันดังแผนภาพที่ 1

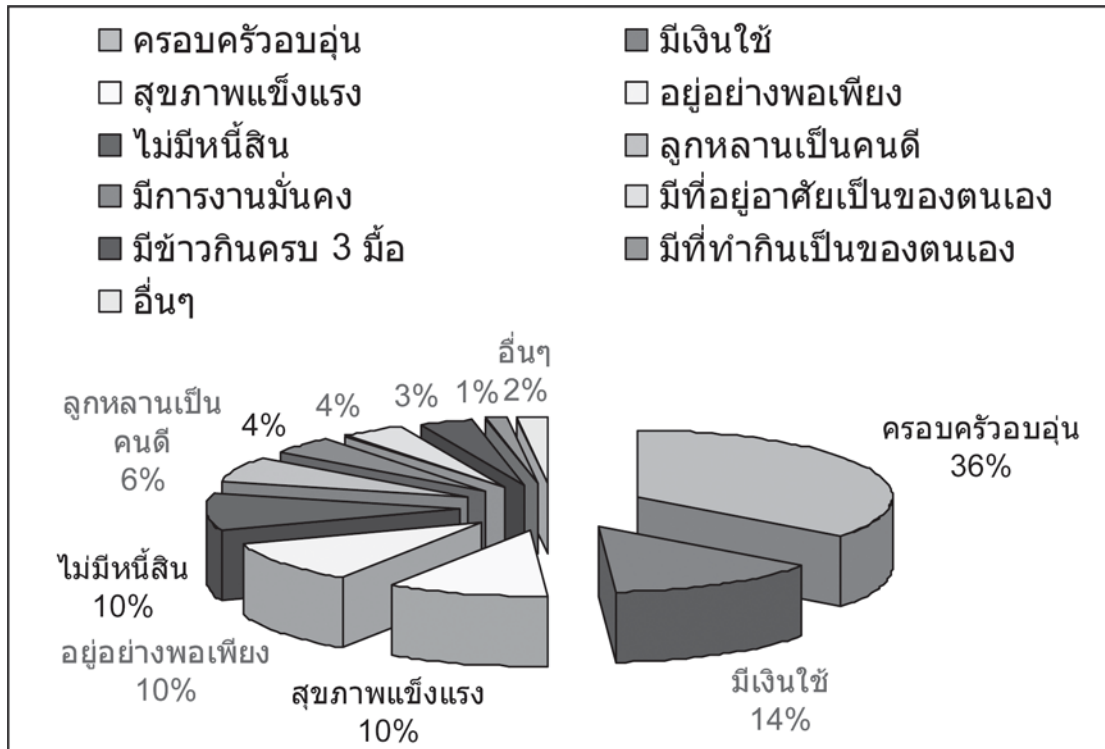
ความคิดเห็นของหัวหน้าครอบครัวเกี่ยวกับความทุกข์ในครอบครัวมีความเห็นไปในทางเดียวกันมากที่สุดคือ มีหนี้สิน ร้อยละ 29 รองลงมาคือ ไม่มีเงินใช้ ร้อยละ 20 เจ็บป่วย ร้อยละ 17 และลูกหลานทำตัวไม่ดี ร้อยละ 10 ตามลำดับดังแผนภาพที่ 2

ปัญหาและอุปสรรคที่ทำให้ครอบครัวไม่บรรลุความสุขมากที่สุดคือ การไม่มีงานทำ คิดเป็นร้อยละ 29 รองลงมาคือ ไม่มีเงินใช้ ร้อยละ 19 และมีหนี้สิน ร้อยละ 16 ตามลำดับดังแผนภาพที่ 3

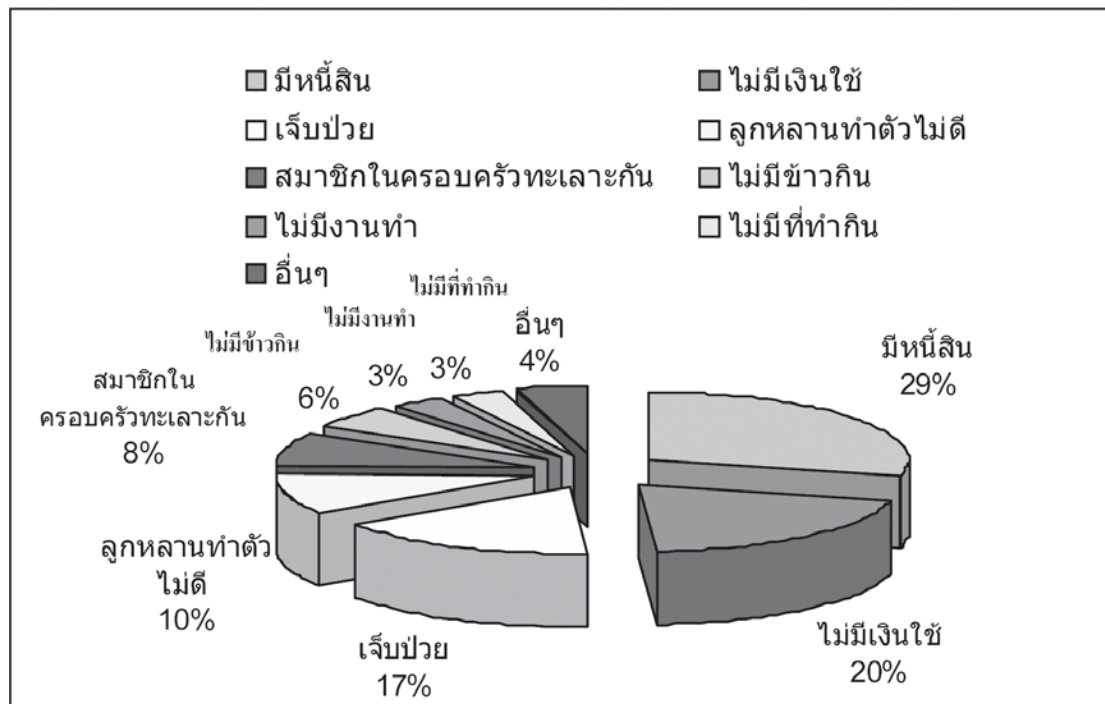
ระดับความสุขของครอบครัวในชุมชนบ้านหนองกุงส่วนใหญ่มีความสุขอยู่ในระดับ 3 คือมีสุขและทุกข์พอๆ กัน (ร้อยละ 42.67) รองลงมาได้แก่ มีความสุขระดับ 4 (มีความ

## ตารางที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับแนวคิดอยู่เย็นเป็นสุขของครอบครัวตามตัวชี้วัดความสุข

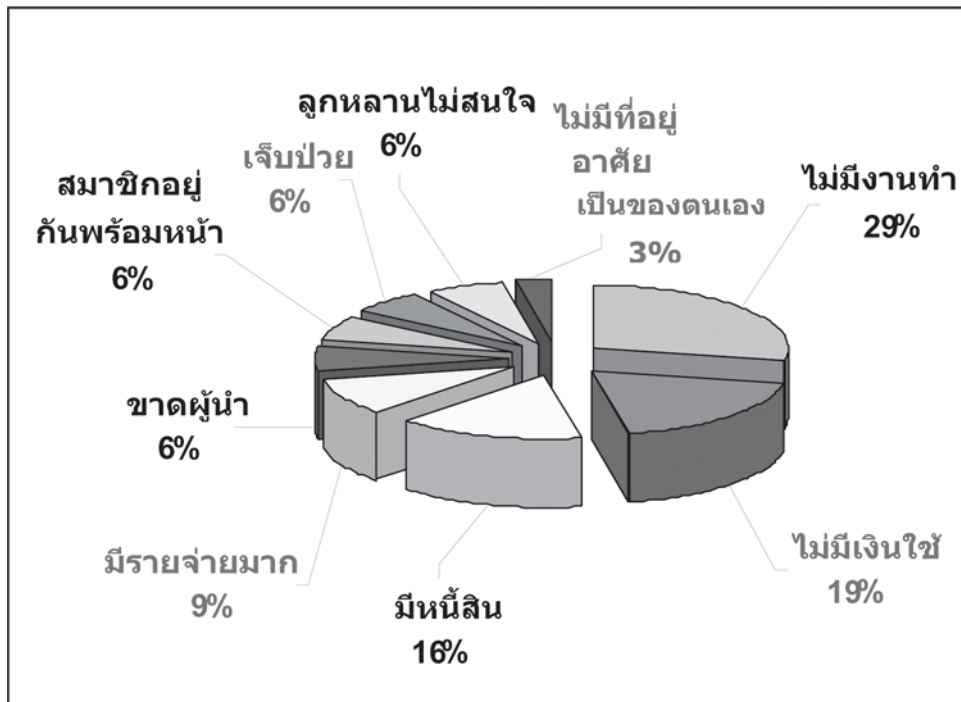
ตัวชี้วัดความสุขตามแนวคิดอยู่เย็นเป็นสุข	ใช่		ไม่ใช่	
	ครอบครัว	ร้อยละ	ครอบครัว	ร้อยละ
<b>1. หมวดการมีหลักประกันในชีวิต</b>				
มีอาชีพการงานที่มั่นคง(มีงานประจำ, รายได้จุนเจือครอบครัว)	44	58.7	31	41.3
มีที่อยู่อาศัยของครอบครัวอย่างมั่นคงถาวร(อยู่ได้อย่างน้อย 5 ปี)	72	96	3	4
มีอาหารกินอย่างเพียงพอครบ 3 มื้อ (ครบ 5 หมู่)	72	96	3	4
<b>2. หมวดการมีร่างกายและจิตใจที่แข็งแรง</b>				
หนึ่งเดือนที่ผ่านมาคนในครอบครัวท่านสบายใจดี, ไม่มีเรื่องทุกข์ร้อนใจ	52	69.3	23	30.7
หนึ่งเดือนที่ผ่านมาคนในครอบครัวท่านมีสุขภาพร่างกายแข็งแรง	44	58.7	31	41.3
ไม่ต้องไปพบแพทย์				
<b>3. หมวดการมีครอบครัวที่อบอุ่น</b>				
หนึ่งเดือนที่ผ่านมาคนในครอบครัวอยู่อย่างพร้อมหน้าพร้อมตา (คือสมาชิกในครอบครัวได้อยู่ด้วยกัน)	65	86.7	10	13.3
หนึ่งเดือนที่ผ่านมาคนในครอบครัวรักใคร่กัน ไม่ทะเลาะเบาะแว้ง (มีปากมีเสียงกัน)	61	81.3	14	18.7
<b>4. หมวดการมีชุมชนที่เข้มแข็ง</b>				
ชุมชนของท่านมีผู้นำที่ดี (เช่น อบต., ผู้ใหญ่บ้าน, อสม. ฯลฯ)	69	92	6	8
ชุมชนของท่านมีการประชุม เพื่อแก้ปัญหาของชุมชน	67	89.3	8	10.7
<b>5. หมวดสิ่งแวดล้อม</b>				
บริเวณบ้านสะอาด เรียบร้อย (ผู้สัมภาษณ์เป็นผู้สังเกต)	67	89.3	8	10.7
มีสิ่งแวดล้อมที่ปลอดภัยจากสารเคมี หรือยาฆ่าแมลง	65	86.7	10	13.3
ครอบครัวของท่านมีถนนเข้าถึง น้ำประปาและไฟฟ้าครบถ้วน	75	100	0	0
<b>6. หมวดการมีอิสรภาพ</b>				
คนในครอบครัวของท่านสามารถทำทุกอย่างได้ตั้งใจ	74	98.7	1	1.3
โดยไม่สร้างความเดือดร้อนแก่ผู้อื่น				
ปัจจุบันครอบครัวท่านไม่มีหนี้สิน	27	36	48	64
<b>7. หมวดความภาคภูมิใจ</b>				
ท่านเป็นตัวอย่างที่ดีในครอบครัว	70	93.3	5	6.7
ท่านมีความสำเร็จในอาชีพการงานที่ทำ	55	73.3	20	26.7
<b>8. หมวดการเข้าถึงธรรมะ</b>				
ชุมชนของท่านอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข	72	96	3	4
ครอบครัวของท่านรู้สึกพอใจในสิ่งที่มีอยู่	67	89.3	8	10.7
หนึ่งเดือนที่ผ่านมาครอบครัวของท่านได้ทำบุญทำทานหรือช่วยเหลือแบ่งปันผู้อื่น	70	93.3	5	6.7
สมาชิกในครอบครัวไม่เล่นการพนัน	62	82.7	13	17.3
สมาชิกในครอบครัวของท่านมีผิวเดียวเมียวเดียว	72	96	3	4
สมาชิกในครอบครัวไม่ดื่มของมึนเมาจนเกิดผลกระทบต่อตนเองหรือผู้อื่น	61	81.3	14	18.7



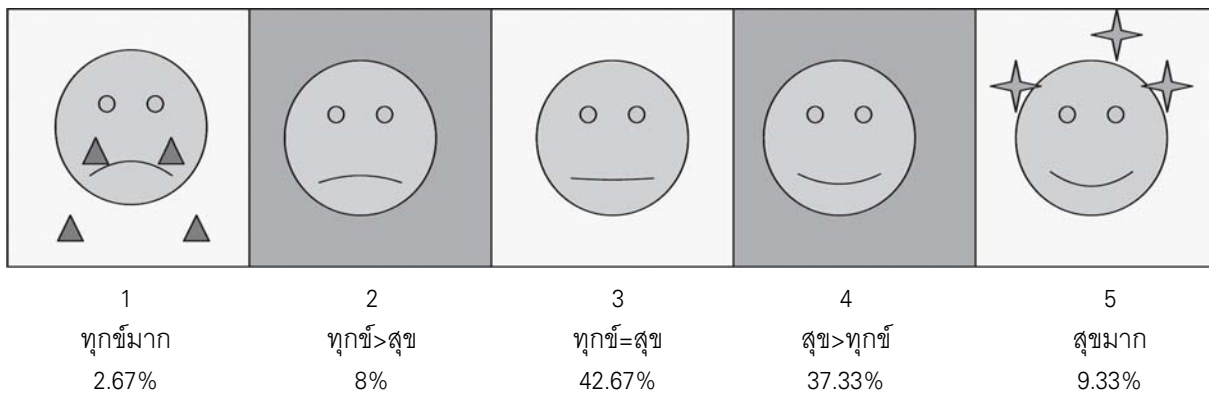
แผนภาพที่ 1 ความสุขของครอบครัวตามแนวความคิดของหัวหน้าครอบครัว



แผนภาพที่ 2 ความทุกข์ของครอบครัวตามแนวความคิดของหัวหน้าครอบครัว



แผนภาพที่ 3 ปัญหาและอุปสรรคที่ทำให้ครอบครัวไม่บรรลุความสุข



แผนภาพที่ 4 สรุประดับความสุขของครอบครัวในชุมชนบ้านหนองกุงหมู่ 17

สุขดีและมีความสุขบ้างเล็กน้อย) ความสุขระดับ 5 (มีความสุขมาก) ความสุขระดับ 2 (มีความสุขบ้าง) และความสุขระดับ 1 (มีความสุขมาก) ตามลำดับ ดังแผนภาพที่ 4

การสนทนากลุ่ม : พบว่าชาวบ้านส่วนใหญ่มีแนวความคิดที่สอดคล้องไปกับแนวความคิดอยู่เย็นเป็นสุขต้องการที่จะมีชีวิตอยู่อย่างพอเพียง ถึงแม้ว่าจะยังมีปัจจัยพื้นฐานไม่ครบก็ตามที โดยในแต่ละครอบครัวก็จะขาดในส่วนที่แตกต่างกัน

ออกไปอีกทั้งยังมีความสอดคล้องกับตัวชี้วัดจากงานวิจัยของ นพ.อภิสิทธิ์ อึ้งอรวงกูล แม้ว่าจะยังมีชาวบ้านบางส่วนที่ไม่เห็นด้วยกับแนวความคิดดังกล่าว โดยต้องการที่จะมีเงินทองมากๆ มีรถยนต์ความสะดวกให้ครบ ดังนั้นทางคณะผู้วิจัยจึงคิดว่าตัวชี้วัดดังกล่าวน่าจะสามารถนำมาใช้ในชุมชนนี้ได้ โดยมีการพัฒนาและปรับปรุงตัวชี้วัดบางส่วนให้สอดคล้องกับสภาพความเป็นอยู่ของคนในชุมชนนี้

ในส่วนของปัญหาที่พบในชุมชนนี้ ได้แก่

1. ปัญหาหนี้สิน ซึ่งพบว่าหัวหน้าครอบครัวส่วนใหญ่ยังคงประสบกับปัญหาหนี้สิน โดยสาเหตุของการมีหนี้สินส่วนใหญ่เกิดจากการกู้ยืมเพื่อนำมาลงทุน
2. ปัญหาการว่างงาน ทำให้ไม่สามารถหารายได้มาจุนเจือครอบครัวได้อย่างเพียงพอกับรายจ่าย
3. ปัญหาหนี้สินในลำห้วยศิลาทำให้ไม่สามารถนำน้ำมาใช้ประโยชน์ได้เท่าที่ควร

## วิจารณ์

จากการศึกษาวิจัยครั้งนี้พบว่าหัวหน้าครอบครัวส่วนใหญ่เห็นด้วยกับแนวความคิดอยู่เย็นเป็นสุข ถึงแม้ว่าจากการสำรวจจะพบว่า หัวหน้าครอบครัวส่วนใหญ่เกือบทั้งหมดยังมีปัจจัยพื้นฐานตามแนวความคิดดังกล่าวไม่ครบก็ตามที่ โดยในแต่ละครอบครัวก็จะมีภาระขาดหายไปในส่วนที่แตกต่างกันออกไปโดยส่วนที่ขาดมากที่สุดที่พบจากการสำรวจครั้งนี้คือการมีหนี้สิน ปัญหาทางด้านสุขภาพและปัญหาการไม่มีอาชีพการงานที่มั่นคง ในส่วนของหัวหน้าครอบครัวที่ไม่เห็นด้วยกับแนวความคิดดังกล่าว พบว่าต้องการที่จะมีเงินทองมากและมีรถยนต์เพิ่มเติม แต่เมื่อมองถึงคนกลุ่มนี้แล้ว ก็พบว่าลักษณะทางครอบครัว หรืออาชีพการงานก็ไม่ได้มีความแตกต่างจากหัวหน้าครอบครัวคนอื่น ๆ ดังนั้น จึงคิดว่าทัศนคติเป็นเรื่องของส่วนบุคคล ซึ่งไม่น่าจะเกี่ยวเนื่องกับสภาพสังคมหรือการงานอาชีพของคนในชุมชนนี้

จากการวิจัยครั้งนี้ จะเห็นได้ว่าแนวความคิดการอยู่เย็นเป็นสุขนี้ แท้ที่จริงแล้วไม่ได้มีการต่อต้านหรือละเลยจากคนในชุมชนเลยเพราะหัวหน้าครอบครัวส่วนใหญ่ล้วนแต่เห็นด้วยกับแนวความคิดนี้ แต่จากการที่สภาวะของแต่ละครอบครัวที่แตกต่างกันออกไป ทำให้หัวหน้าครอบครัวบางคนต้องมีการปรับตัวเพื่อที่จะสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้ อย่างเช่นบางคนไม่มีที่นาเป็นของตนเองจึงไม่สามารถที่จะทำอาชีพเกษตรกรรมได้ ต้องออกทำงานรับจ้าง แต่เมื่อในหมู่บ้านหรือชุมชนไม่มีงาน ก็ต้องมีการย้ายไปทำงานต่างถิ่น เป็นต้น ดังนั้นแนวความคิดนี้จึงเป็นที่ยอมรับและอาจจะบอกได้ว่าหัวหน้าครอบครัวส่วนใหญ่ในชุมชนนี้ก็ต้องการมีชีวิตตามแนวความคิดนี้เช่นกัน ซึ่งแตกต่างจากบางคนที่ไม่เห็นด้วยกับแนวความคิดดังกล่าว ต้องการที่จะมีเงินมากๆ และรวยเร็ว ๆ จึงได้ทิ้งถิ่นฐานเข้าไปทำงานในเมืองทำให้ออกให้เกิดปัญหาต่างๆ ตามมา ดังนั้น ในการผลักดันแนวความคิดดังกล่าวจึงน่าที่จะทำในกลุ่มนี้มากกว่า ส่วนปัญหาในเรื่องสุขภาพควรนำเสนอศูนย์สุขภาพชุมชนในมองเนื่องจากเป็นหน่วยงานที่รับผิดชอบเรื่องนี้อาจจะมีการให้ความรู้หรือศึกษาศึกษาในชุมชนถึงพฤติกรรมความเสี่ยงต่อการเกิดโรค

รวมไปถึงการสังเกตลักษณะที่อาจบ่งบอกว่าเป็นโรค เช่น อาการปัสสาวะบ่อย กินจุแต่น้ำหนักลด ซึ่งเป็นอาการที่พบในโรคเบาหวาน หรืออาการปวดศีรษะเรื้อรัง ซึ่งพบในโรคความดันโลหิตสูง เป็นต้น เพื่อที่จะได้มารับการรักษาก่อนที่จะเกิดภาวะแทรกซ้อนของโรคดังกล่าวเหมือนดังที่พบกับบางครอบครัวในชุมชน

ในการวิจัยครั้งต่อไปควรที่จะทำการสำรวจถึงรายได้ของคนในชุมชน รวมไปถึงจำนวนและที่มาของหนี้สิน เพื่อที่จะสามารถทำการศึกษาและอธิบายปัญหา ตลอดจนจนถึงการวางแผนทางแก้ไขปัญหาเหล่านี้ในชุมชนต่อไป นอกจากนี้ในเรื่องปัญหาสุขภาพควรที่จะทำการสำรวจด้วยว่าประชากรในชุมชนเจ็บป่วยด้วยโรคใดมากที่สุดเพื่อประเมินดูว่ามีการระบาดของโรคในชุมชนหรือไม่ เพื่อที่จะได้วางแผนในการรักษา รวมไปถึงการวางนโยบายเชิงรุกเพื่อป้องกันและลดอัตราการเกิดโรคนั้นๆ ขึ้น

## สรุป

จากการศึกษาแนวความคิดอยู่เย็นเป็นสุขของหัวหน้าครอบครัวในชุมชนบ้านหนองกุง หมู่ที่ 17 จำนวน 75 คน

พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามเป็นเพศชายมากกว่าเพศหญิง โดยกลุ่มอายุที่ตอบแบบสอบถามมากที่สุดอยู่ในช่วงอายุ 50-59 ปี ระดับการศึกษาส่วนใหญ่จบการศึกษาระดับชั้นประถมศึกษา อาชีพส่วนใหญ่ประกอบอาชีพรับจ้างทั่วไป รองลงมาเป็นอาชีพเกษตรกรและลูกจ้างประจำ ในส่วนของการเห็นเกี่ยวกับแนวความคิดอยู่เย็นเป็นสุขพบว่า ส่วนใหญ่ ร้อยละ 89.30 เห็นด้วยกับแนวความคิดนี้ (95% CI: 79.5%-94.9%) ส่วนผู้ที่ไม่เห็นด้วย (ร้อยละ 10.7) มีสิ่งที่ต้องการเพิ่มเติมจากตัวชี้วัดความสุขทั้ง 8 หมวด คือ มีเงินมากๆ และมีรถยนต์

จากการศึกษาข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับแนวความคิดอยู่เย็นเป็นสุขของครอบครัวตามตัวชี้วัดความสุข พบว่าสิ่งที่ปัญหามากที่สุดคือ ครอบครัวมีหนี้สิน (ร้อยละ 64) รองลงมาได้แก่ สุขภาพความเจ็บป่วยของคนในครอบครัว (ร้อยละ 41.3) และอาชีพการงานไม่มั่นคง (ร้อยละ 41.3) ส่วนสิ่งที่ครอบครัวมีมากที่สุดคือ การมีสาธารณูปโภคครบ (ร้อยละ 100) การมีอิสรภาพ (ร้อยละ 98.7) รองลงมาคือชุมชนอยู่ร่วมกันอย่างเป็นสุข (ร้อยละ 96) และมีผิวเดียวเมียวเดียว (ร้อยละ 96)

จากความคิดเห็นของหัวหน้าครอบครัวให้นิยามความสุขของครอบครัวว่าเกิดจากความอบอุ่นของครอบครัวมากที่สุด (ร้อยละ 36) รองลงมาคือมีเงินพอใช้ สุขภาพแข็งแรง ไม่มีหนี้สิน ลูกหลานเป็นคนดี ส่วนความทุกข์ของครอบครัวให้มีความสำคัญกับปัญหาด้านการเงินมากที่สุด (ร้อยละ 49) คือ มีหนี้สินรองลงมาคือ ไม่มีเงินใช้ร่างกายเจ็บป่วย ลูกหลานไม่ดี

บุคคลในครอบครัวทะเลาะกัน เป็นต้น และปัญหาอุปสรรคที่ทำให้ครอบครัวไม่บรรลุความสุข พบว่าเป็นปัญหาที่คล้ายคลึงกัน ก็คือ ปัญหาในเรื่องเศรษฐกิจและการเงินของครอบครัว (ร้อยละ 73)

จากผลการวิจัยระดับความสุขของครอบครัวพบว่าหัวหน้าครอบครัวส่วนใหญ่ให้ความเห็นว่าครอบครัวตนเองมีความสุขพอๆ กับความทุกข์(ร้อยละ 42.67) รองลงมาคือมีความสุขดี (ร้อยละ 46.66) จากการที่มีปัจจัยพื้นฐานพอเพียงและมีความสุขในสิ่งที่มีอยู่และมีครอบครัวส่วนน้อยที่มีความทุกข์มากกว่าความสุขซึ่งสาเหตุส่วนใหญ่เกิดจากปัญหาครอบครัว มีรายได้ไม่เพียงพอและไม่มีงานทำ

### กิตติกรรมประกาศ

คณะผู้วิจัยขอขอบคุณคณาจารย์ภาควิชาเวชศาสตร์ชุมชน คณะแพทยศาสตร์ อาจารย์ภาควิชาพัฒนาสังคม คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่นที่ให้แนวคิดและคำปรึกษาในการทำวิจัย เจ้าหน้าที่สถานีอนามัยในนาม่วงที่อำนวยความสะดวกและหัวหน้าครอบครัวบ้านหนองกุง หมู่ 17 ทุกท่านที่ให้ความร่วมมือในการให้ข้อมูลอย่างดียิ่ง

### เอกสารอ้างอิง

1. สำนักงานสถิติแห่งชาติ. รายได้ ค่าใช้จ่ายและหนี้สินทั่วราชอาณาจักรไทย. 2539-2545; <http://www.nso.go.th>
2. กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. รายงานสถิติผู้ป่วยโรคทางจิต. <http://www.dmh.go.th/>
3. ประเวศ วะสี. มรรค 12 สู่ประเทศไทยอยู่เย็นเป็นสุข. สำนักงานปฏิรูประบบสุขภาพแห่งชาติ (สปรส.). 2548; 45-8.
4. เสรี พงศ์พิศ. บทความพิเศษความอยู่เย็นเป็นสุขของประชาชนชาวไทย. ในมติชนรายสัปดาห์. 2548; 1296: 30-3.
5. เสรี พงศ์พิศ. สังคมอยู่เย็นเป็นสุข สร้างอย่างไรให้เกิดจริง. สำนักงานปฏิรูประบบสุขภาพแห่งชาติ (สปรส.). 2548; <http://www.hsro.or.th>
6. คณะทำงานจัดสมัชชาสุขภาพแห่งชาติว่าด้วย “ความอยู่เย็นเป็นสุข”. เอกสารสรุปข้อเสนอจากเวทีจัดประกายสมัชชาสุขภาพแห่งชาติว่าด้วยความอยู่เย็นเป็นสุข. 2548.
7. อภิลิทธิ์ อารงวรกุล และคณะ. งานวิจัย “กระบวนการพัฒนาตัวชี้วัดความสุขของประชาชนชาวไทย”. 2543.

