

ชีวิตที่พอเพียงในมุมมองของนักศึกษา  
ภายใต้กระแสโลกาภิวัตน์

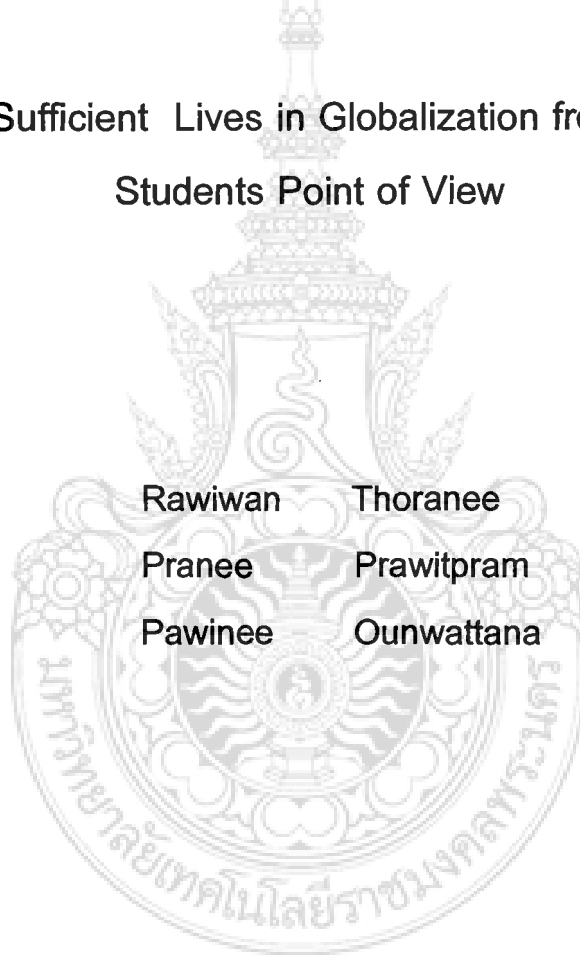
ระวีวรรณ ธรณี  
ปราณี ประวิชพราหมณ์  
ภาวิณี อุ่นวัฒนา

งานวิจัยได้รับทุนสนับสนุนจากงบประมาณประโยชน์  
ประจำปีงบประมาณ 2551  
คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร



Sufficient Lives in Globalization from  
Students Point of View

Rawian Thoranee  
Pranee Prawitpram  
Pawinee Ounwattana



This Report is Funded by Rajamangala University of Technology  
PhraNakhon Fiscal Year 2008

ชื่อเรื่อง : ชีวิตที่พอเพียงในมุมมองของนักศึกษาภายใต้กระแสโลกาภิวัตน์

ผู้วิจัย : ระวีวรรณ ธรณี ปราณี ประวิษฐพรหมณ์ ภาวิณี อุ๋นวัฒนา

พ.ศ. : 2551

### บทคัดย่อ

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้มีวัตถุประสงค์หลักเพื่อทำความเข้าใจวิถีคิด มุมมองของนักศึกษาต่อความพอเพียง โดยมีประเด็นคำถามเบื้องต้นในการศึกษา คือ ความหมายของความพอเพียงในมุมมองของนักศึกษาคืออะไร นักศึกษามีการเรียนรู้การใช้ชีวิตแบบพอเพียงจากแหล่งใดบ้าง และพฤติกรรมการดำรงชีวิตแบบพอเพียงของนักศึกษามีลักษณะอย่างไร โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพเป็นแนวทางในการวิเคราะห์ข้อมูล มีการรวบรวมข้อมูลด้วยวิธีการสัมภาษณ์ การสังเกตการณ์ และการสนทนากลุ่ม ในกลุ่มตัวอย่างนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร ที่อาศัยอยู่หอพัก จำนวน 30 คน

ผลการศึกษพบว่านักศึกษาให้ความหมายต่อความพอเพียงคือการมีความสุขในชีวิต, ความพอใจในสิ่งที่ตนเองมีอยู่/เป็นอยู่, การประมาณศักยภาพ/ความสามารถของตน และชีวิตที่พอเพียงได้ด้วยเงิน โดยนักศึกษามีมุมมองต่อความพอเพียงแตกต่างกันเนื่องมาจากการอบรมเลี้ยงดู สภาพแวดล้อม สภาพสังคมที่แต่ละคนได้ผ่านประสบการณ์ชีวิต ที่กำหนดระบบคุณค่าและโลกทัศน์ของนักศึกษา การเรียนรู้การใช้ชีวิตแบบพอเพียงของนักศึกษาประกอบด้วยเงื่อนไข 2 อย่าง คือเงื่อนไขที่มาจากตัวของนักศึกษา และเงื่อนไขที่มาจาก การขัดเกลาทางสังคม ทั้งการขัดเกลาทางตรงและการขัดเกลาทางอ้อม ได้แก่การขัดเกลาจากครอบครัว สถาบันการศึกษา กลุ่มเพื่อน และสื่อสารมวลชน ที่มีอิทธิพลในการหล่อหลอมความคิด ทำให้นักศึกษาเกิดการซึมซับยอมรับ และนำมาปฏิบัติต่อไป ส่วนพฤติกรรมการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงของนักศึกษามีหลายรูปแบบ โดยแต่ละคนจะเลือกใช้แนวทางการดำเนินชีวิตที่มาจาก การหาจุด "พอดี" ให้กับตนเองที่มีลักษณะครอบคลุมทางด้านเศรษฐกิจคือการวางแผนทางการเงิน , มีการใช้จ่ายอย่างมีสติ และการหารายได้เสริม ด้านสังคมคือ การเลือกคบเพื่อน และการสังสรรค์ในกลุ่มเพื่อน ด้านวัฒนธรรมคือรู้เท่าทันวัฒนธรรมอื่น พอเพียงแบบไม่ตกยุคสมัย ด้านจิตใจคือ การบริหารเวลาของชีวิต มีความเอื้ออาทร และด้านสิ่งแวดล้อมคือ รักษาสาธารณสมบัติ/ของสาธารณะ การอนุรักษ์พลังงาน การศึกษาค้นคว้านี้มีข้อค้นพบที่สำคัญคือประเด็นวิถีคิดในการใช้ชีวิตของนักศึกษาว่าไม่ใช่เรื่องเหลวไหลไร้สาระไปเสียทั้งหมด พวกเขาไม่ได้หลงไหล คลั่งไคล้กระแส/แฟชั่น โดยปราศจากเหตุผลรองรับ พวกเขาใช้ชีวิตในสังคมปัจจุบันที่มีการประเมินตนเอง รู้เท่าทัน ปรับตัว

ได้ตามกระสังคัม ตลอดจนมีการประยุกต์หลักเศรษฐกิจพอเพียงไปใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวัน ตามสถานการณ์ที่พวกเขาเห็นว่าเหมาะสม ดังนั้นการทำความเข้าใจในประเด็นการใช้ชีวิตของนักศึกษาในสังคัมปัจจุบันนี้ ควรจะศึกษาความเป็นตัวตนของนักศึกษาเป็นกรณี ๆ ไป และควรให้ความสำคัญกับ วิธีคิด การก่อรูปก่อร่างวิถีการใช้ชีวิตในระดับชีวิตประจำวันที่พวกเขาสามารถที่จะเลือก/ออกแบบให้กับตนเองท่ามกลางโลกที่กำลังเปลี่ยนแปลง จะช่วยทำให้เกิดความรู้ ความเข้าใจในการใช้ชีวิตของพวกเขามากขึ้น



**Research Title** : Sufficient Lives in Globalization from Students Point of View

**Researcher** : Rawiwan Thoranee Pranee Pawitpram Pawinee Ounwattana

**Year** : 2551

### ABSTRACT

The purposes of this research are to understand ways of thinking, students' point of views. The primary question in this research are the meaning of sufficiency from. What sources are the students learning from and students behavior To use quality control analyzing Data. To gather the data from interviewing, observing and conversing with students from Rajamangala University of Technology Phra Nakhon which live in university dormitory.

The students revealed that they live happily to moderate our potential and live sufficiently because of difference circumstance that identify students perspective. There are two conditions one from themselves and society, family, learning institute and mass communication that influence their thinking concept budget planning spending with consciousness and learning how to choose friends, chatting knowing other cultural from mental mind management loving kindness and protect social environment , saving energy. The good point of this research is the concept of students thinking the not nonsense. They're not crazy about fashion they live and learn from their inside mind. Self adjustment and live as usual. So studying on individual student and emphasizing for thinking concept and shaping their lives among changing world that help them learn and understanding their lives better.

## กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยเรื่อง ชีวิตที่พอเพียงในมุมมองของนักศึกษาภายใต้กระแสโลกาภิวัตน์ เป็นงานวิจัยที่ต้องการสะท้อนมุมมอง วิถีคิด ของนักศึกษา ตลอดจนเหตุผลที่อยู่เบื้องหลังการกระทำ การแสดงพฤติกรรม การดำเนินชีวิตของนักศึกษา

งานวิจัยสามารถดำเนินการไปได้อย่างสมบูรณ์ภายใต้การสนับสนุนงบประมาณจากเงินงบประมาณผลประโยชน์ คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร ประจำปี 2551

ขอขอบคุณนักศึกษาในกลุ่มตัวอย่างที่เป็นเจ้าของประสบการณ์ทุกท่าน ที่ได้มอบเรื่องราวที่มีคุณค่า โดยการให้ผู้วิจัยสัมภาษณ์ พูดคุย ชักถามในเรื่องราวชีวิต และการแลกเปลี่ยนประสบการณ์กับผู้วิจัย จนทำให้งานวิจัยฉบับนี้สำเร็จไปได้



ผู้วิจัย

ระวีวรรณ ธรณี

ปราณี ประวิขพราหมณ์

ภาวิณี อุ๋นวัฒนา

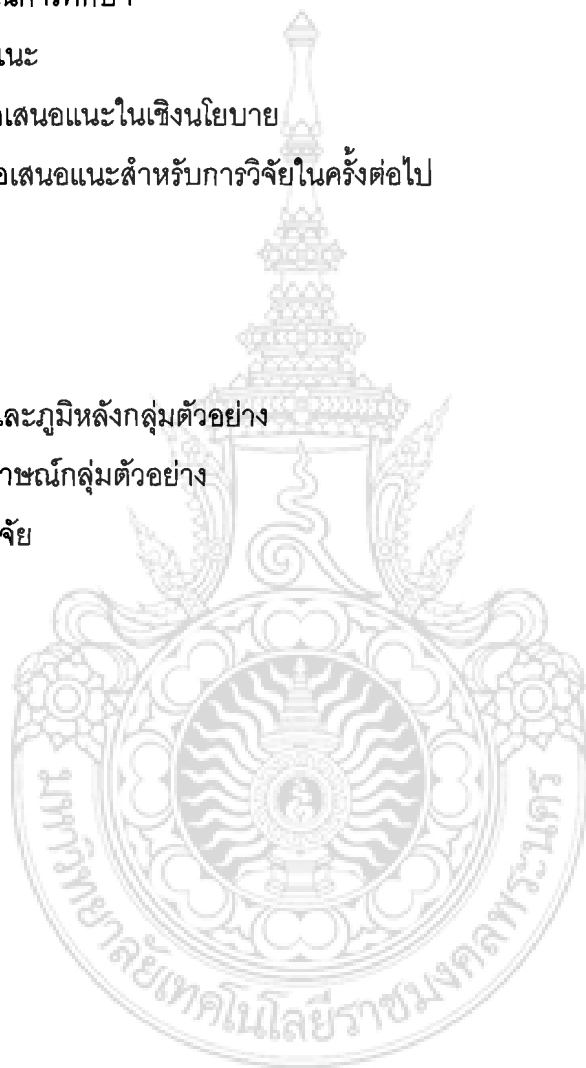
## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ค
กิตติกรรมประกาศ	ง
<b>บทที่ 1 บทนำ</b>	<b>1</b>
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของงานวิจัย	4
คำถามของงานวิจัย	4
ขอบเขตของงานวิจัย	4
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	5
<b>บทที่ 2 ทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง</b>	<b>6</b>
กรอบแนวคิดทฤษฎีที่ใช้ในการศึกษา	6
- ทฤษฎีปฏิสังสรรค์สัญลักษณ์	6
- แนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง	9
- แนวคิดการขัดเกลาทางสังคม	18
- แนวคิดโลกาภิวัตน์	26
ทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง	31
<b>บทที่ 3 ระเบียบวิธีวิจัย</b>	<b>36</b>
ระเบียบวิธีวิจัยที่ใช้ในการศึกษา	36
กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา	39
กระบวนการเก็บรวบรวมข้อมูล	39
- การเก็บรวบรวมข้อมูลจากเอกสาร	39
- การเก็บรวบรวมข้อมูลภาคสนาม	40
การวิเคราะห์ข้อมูลและสรุปผลการศึกษา	42

<b>บทที่ 4</b>	<b>ชีวิตที่พอเพียงในมุมมองของนักศึกษา</b>	44
	ความหมายของความพอเพียงในมุมมองของนักศึกษา	44
	- ความพอเพียงคือการมีความสุขในชีวิต	44
	- ความพอใจในสิ่งที่ตนเองมีอยู่/เป็นอยู่	47
	- การประมาณศักยภาพ/ความสามารถของตนเอง	48
	- ชีวิตที่พอเพียงได้ด้วย "เงิน"	50
	การเรียนรู้การใช้ชีวิตแบบพอเพียงของนักศึกษา	53
	- เงื่อนไขที่มาจากตัวนักศึกษา	53
	- เงื่อนไขที่มาจาก การขัดเกลาทางสังคม	57
<b>บทที่ 5</b>	<b>พฤติกรรม การดำรงชีวิตแบบพอเพียงของนักศึกษา</b>	74
	พฤติกรรม การดำรงชีวิตแบบพอเพียงด้านเศรษฐกิจ	75
	- การวางแผนทางการเงิน	75
	- มีการใช้จ่ายอย่างมีสติ	79
	- การหารายได้เสริม	83
	พฤติกรรม การดำรงชีวิตแบบพอเพียงด้านสังคม	85
	- เข้าร่วมกิจกรรมเพื่อสังคม	86
	- การเลือกคบเพื่อน	87
	- การสังสรรค์ในกลุ่มเพื่อน	88
	พฤติกรรม การดำรงชีวิตแบบพอเพียงด้านวัฒนธรรม	89
	- รู้เท่าทันวัฒนธรรมอื่น	90
	- พอเพียงแบบไม่ตกยุคสมัย	92
	พฤติกรรม การดำรงชีวิตแบบพอเพียงด้านจิตใจ	93
	- การบริหารเวลาของชีวิต	93
	- มีความเอื้ออาทร	95
	พฤติกรรม การดำรงชีวิตแบบพอเพียงด้านสิ่งแวดล้อม	96
	- รักษาสาธารณสมบัติ/ของสาธารณะ	96
	- อนุรักษ์พลังงาน	97



<b>บทที่ 6 บทสรุป</b>	99
สรุปผลการศึกษา	99
ข้อค้นพบและอภิปรายผลการศึกษา	102
ข้อจำกัดในการศึกษา	105
ข้อเสนอแนะ	105
- ข้อเสนอแนะในเชิงนโยบาย	105
- ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยในครั้งต่อไป	106
<b>บรรณานุกรม</b>	107
<b>ภาคผนวก</b>	111
ลักษณะและภูมิหลังกลุ่มตัวอย่าง	112
แบบสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่าง	114
ประวัติผู้วิจัย	118



## บทที่ 1

### บทนำ

#### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ความเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วของกระแสโลกาภิวัตน์ในช่วง 2 ทศวรรษที่ผ่านมาได้นำการเปลี่ยนแปลงมาสู่ทุกบริบทของสังคมไทย ก่อให้เกิดผลกระทบต่อการดำเนินชีวิต ระบบความคิด ค่านิยมของคนในสังคม โดยเฉพาะอิทธิพลของวัฒนธรรมบริโภคนิยม วัตถุนิยม ได้กระตุ้น โน้มน้าว และส่งเสริมให้บุคคลโดยเฉพาะเยาวชน คนหนุ่มสาว อันเป็นพลังสำคัญของสังคมในอนาคต มีวิถีชีวิตแบบฟุ้งเฟ้อ รักสบาย เน้นการแข่งขันชิงดีชิงเด่น ให้ความสำคัญกับวัตถุเงินทอง ทำให้พฤติกรรมในการดำรงชีวิต และการมีปฏิสัมพันธ์ของคนในสังคมปรับเปลี่ยนไป จากชีวิตความเป็นอยู่อย่างพอเพียงแบบไทยๆ ที่เคยเรียบง่าย พอใจในการแสวงหาความสุขตามอัตภาพ อยู่อย่างประหยัดอดออมตามแบบผู้คนในสังคมเกษตรกรรมเปลี่ยนแปลงไปสู่การมีค่านิยมและพฤติกรรมที่เน้นวัตถุและบริโภคนิยมทั้งในรูปของสินค้าอุปโภคบริโภค เสื้อผ้า แฟชั่น ทำให้มีการบริโภคเกินความจำเป็นส่งผลให้ “เงิน” กลายเป็นสิ่งที่จำเป็นและสำคัญที่สุดในชีวิต และมีความสำคัญมากกว่าจิตใจ

จากพฤติกรรมของคนในสังคมที่ก้าวตามกระแสโลกาภิวัตน์นี้ อาจจะทำให้สภาพความเป็นอยู่ทางวัตถุดีขึ้น แต่ความสุขทางจิตใจในการดำเนินชีวิตกลับลดลง เพราะคนเหล่านี้กลายเป็นผู้บริโภคของสังคมที่แสวงหาเงินทองมาจับจ่ายใช้สอย สร้างความสะดวกรสบายทางร่างกาย เกิดเป็นพฤติกรรมของคนที่ไม่รู้จักพอ ยิ่งได้มาเท่าไร ก็ยิ่งใช้หมดไปเท่านั้น ความต้องการภายนอกก็ นับแต่จะเพิ่มมากขึ้น ความสุขแท้จริงที่ตามหาก็ค้นไม่พบ แนวทางการดำเนินชีวิตจึงเป็นไปในลักษณะของการเบียดเบียนตนเองและผู้อื่น ปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นนี้เป็นไปอย่างรวดเร็ว และส่งผลกระทบต่อทุกองค์กร ทั้งในระดับครอบครัว ชุมชน และระดับประเทศ

ในช่วงปี 2540 ประเทศไทยประสบปัญหาวิกฤติการณ์ทางเศรษฐกิจ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงเสนอแนะทางออกของปัญหา โดยพระราชทานแนวทางในการแก้ไขวิกฤติของประเทศภายใต้ชื่อ “เศรษฐกิจพอเพียง” เป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตและปฏิบัติตนในทางสายกลางแก่ประชาชนทุกระดับ ตั้งแต่ระดับครอบครัว ชุมชน จนถึงระดับประเทศ เพื่อให้คนไทยรอดพ้นจากวิกฤติทางเศรษฐกิจ สามารถดำรงชีวิตได้อย่างมั่นคง และยั่งยืนภายใต้กระแสโลกาภิวัตน์ ดังพระราชดำรัสเนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา เมื่อวันที่ 4 ธันวาคม 2541 ที่ว่า

“ คำว่าพอก็เพียงพอ เพียงนี้ก็พอดังนั้นเอง คนเราถ้าพอในความ ต้องการก็มีความโลภน้อย เมื่อมีความโลภน้อยก็เบียดเบียนคนอื่นน้อย ถ้าทุกประเทศมีความคิดอันนี้ไม่ใช่เศรษฐกิจ-มีความคิดว่าทำอะไรต้อง พอเพียง หมายความว่าพอประมาณ ไม่สุดโต่งไม่โลภอย่างมาก คนเราก็คืออยู่เป็นสุข .พอเพียงนี้อาจจะมีมากอาจจะมิของหรรหาก็ได้ แต่ว่าต้องไม่เบียดเบียนคนอื่น. ต้องให้พอประมาณตามอัตภาพพูดจาก็พอเพียง ทำอะไรก็พอเพียงปฏิบัติตนก็พอเพียง ”

หลังจากพระราชดำรัสในปี พ.ศ. 2541 แล้วพระองค์ทรงมีพระราชดำรัสเกี่ยวกับ เศรษฐกิจพอเพียงในโอกาสต่าง ๆ อย่างต่อเนื่องเป็นลำดับ เนื่องจากทรงมีพระราชประสงค์ที่จะ ส่งสาสน์ล้ำค่านี้นี้ไปสู่ประชาชนคนไทยทุกคนเพื่อให้มี “การใช้ชีวิตที่พอเพียง” และใน แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 10 (พ.ศ.2550-2554) ก็มีจุดมุ่งหมายเพื่อยกระดับ คุณภาพชีวิต สร้างความอยู่เย็นเป็นสุขของประชาชน ให้คนและสังคมไทยสามารถปรับตัวเพื่อ รองรับการเปลี่ยนแปลงในมิติต่างๆ ที่เกิดขึ้นได้อย่างรู้เท่าทันภายใต้หลัก “ปรัชญาเศรษฐกิจ พอเพียง ” โดยให้ความสำคัญกับการพึ่งตนเอง การมีภูมิคุ้มกัน และการสร้างสมดุลของการ พัฒนาให้เกิดขึ้นในทุกมิติ ควบคู่ไปกับการนำทุนที่มีอยู่แล้วในสังคมไทยทั้งทุนทางเศรษฐกิจ ทุน ทางสังคม และทุนทางทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมมาใช้ให้เกิดประโยชน์และเสริมสร้าง ให้เข้มแข็งโดยวางแนวทางการพัฒนาและเสริมสร้างทุนลักษณะดังกล่าว ทั้งในระดับบุคคล ครอบครัว ชุมชน และสังคม รวมทั้งระดับประเทศ เพื่อเป็นรากฐานการพัฒนาประเทศที่ยั่งยืน (คณะอนุกรรมการขับเคลื่อนเศรษฐกิจพอเพียง. 2547 : 25) ดังนั้นแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง จึง เป็นปรัชญาในการดำรงชีวิตที่ต้องนำมาปรับใช้ในชีวิตประจำวัน โดยเน้นความเพียงพอของชีวิต เป็นคุณค่าทางคุณธรรม จริยธรรม

จะเห็นได้ว่าคุณลักษณะด้านความพอเพียงเป็นสิ่งที่ควรปลูกฝังให้เกิดกับบุคคล ปรีชา ธรรมมา ( 2543 : 43) กล่าวว่า ความพอเพียงเป็นลักษณะหรือจิตลักษณะสำคัญประการหนึ่ง อันแสดงถึงความสามารถประสิทธิภาพและพัฒนาการเกี่ยวกับการลดการพึ่งพาผู้อื่นไปสู่การ พัฒนาให้กับประชาชนพลเมืองของประเทศชาติและควรเริ่มต้นกับเด็กและเยาวชน โดยการ ปลูกฝังคุณธรรมให้ได้ผลนั้นทศนา แชมมณี (2546) อธิบายไว้ว่าการปลูกฝังค่านิยมใดให้ได้ผล จำเป็นต้องให้ผู้เรียนเห็นคุณค่าของสิ่งนั้น และเรียนรู้วิธีการที่จะกระทำสิ่งนั้น ๆ อย่างเหมาะสม เมื่อเห็นคุณค่าและรู้วิธีการแล้วก็สนับสนุนให้ลงมือทำจริง ปฏิบัติจริงอย่างต่อเนื่อง สม่าเสมอ ดังนั้นเมื่อเด็กได้รับการอบรมสั่งสอน ถ่ายทอดความรู้และการขัดเกลาทางสังคมอย่างถูกต้อง

จะทำให้เด็กวัยเรียนสามารถเรียนรู้ค่านิยม กฎเกณฑ์ทางสังคม มีพัฒนาการด้านคุณธรรม จริยธรรม และพฤติกรรมทางสังคมที่เหมาะสม ดังนั้นการปลูกฝังเรื่องค่านิยมการใช้ชีวิตแบบพอเพียงต้องปลูกฝังให้ลึกเข้าไปในจิตใจไม่ใช่สอนกันเพียงผิวเผิน ดังคำปรารภของอดีต นายกรัฐมนตรีนายอานันท์ ปันยารชุน (2535 : 33-34) ได้กล่าวไว้ในหนังสือภาวะวิกฤตชีวิตเด็กไทยความตอนหนึ่งว่า “ ในระยะหัวเลี้ยวหัวต่อของการพัฒนาประเทศนี้ เราไม่เพียงต้องการ กำลังคนที่แข็งแรงสมบูรณ์ทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจเท่านั้น แต่เราต้องการกำลังคนที่ประกอบด้วยคุณธรรมจริยธรรม มีจิตสำนึกที่ดีต่อสิทธิหน้าที่และความรับผิดชอบที่มีต่อตนเอง และสังคม ดังนั้นวิถีชีวิตแบบพอเพียงควรเกิดขึ้นมาด้วยใจไม่ใช่ทำตามกระแส เพราะถ้าเราไม่มีใจให้ ก็เป็นเพียงทำตามแฟชั่นอีกไม่นานก็สิ้นไปตามกระแส คำว่าใจจึงหมายถึงรวมถึงการมีความรู้ ความเข้าใจในเหตุผลแห่งความพอเพียง เพียงเท่านี้ก็จะเป็สิ่งที่เรียกว่า *วิถีชีวิตแบบพอเพียง* และหลังจากมีความรู้ เข้าใจแล้ว ต้องนำสู่ความตระหนัก แนวปฏิบัติที่เป็นค่านิยม เจตคติที่ดีงาม และคุณธรรม จริยธรรมที่ควรปฏิบัติแบบพอเพียงด้วยตนเอง ชุมชน สังคม ต่อไป ”

สถาบันอุดมศึกษามีภารกิจหลักสำคัญประการหนึ่ง คือการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ อันเป็นปัจจัยสำคัญในการพัฒนาประเทศ ดังนั้นนักศึกษาหรือที่เรียกว่า “ปัญญาชน” จะถูกคาดหวังจากสังคมว่าจะมีบทบาทและมีส่วนในการแก้ปัญหาและพัฒนาสังคมให้เกิดดุลยภาพในสังคม แต่ภาพลักษณ์ของนักศึกษาตามการรับรู้ของสังคมโดยทั่วไปในปัจจุบันมักจะถูกนำเสนอออกมาในแง่ลบเสมอ ไม่ว่าจะเป็นความเกี่ยวข้องกับปัญหายาเสพติด การใช้ความรุนแรง การติดเกม การมั่วสุม รวมไปถึงความไร้สาระ ฉาบฉวยและไม่สนใจสังคม ทำให้ทั้งสังคมและนักศึกษาเองติดภาพนี้ไป ทั้งที่ความเป็นแล้วนักศึกษาเป็นวัยที่มีพลังและมีความสร้างสรรค์ในตัวเองอยู่มาก

นักศึกษาในสังคมปัจจุบันกำลังเผชิญกับการสื่อสารในยุคเทคโนโลยีข่าวสาร ซึ่งส่งผลกระทบต่อพฤติกรรม และการดำรงชีวิตของนักศึกษาที่มีลักษณะของการกระตุ้นให้เกิดค่านิยม การบริโภคอย่างสูง ดังนั้นนักศึกษาจำเป็นจะต้องมีการใช้ทักษะชีวิตที่หลากหลายเพื่อการดำรงตนในสังคมปัจจุบัน การที่นักศึกษามีความเข้าใจในเรื่องความพอเพียง มีการยึดหลักเศรษฐกิจพอเพียงไปใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวัน มีพฤติกรรมดำรงชีวิตที่สามารถปรับตัวให้เข้ากับกระแสโลกาภิวัตน์ อยู่แต่พอดี ไม่ฟุ้งเฟ้อ ใช้ชีวิตตามฐานะที่เป็นจริงของตนเอง ตลอดจนการนำสิ่งที่เข้าใจไปขยายต่อชุมชน ต่อสังคมของตนเอง เมื่อเป็นได้ดังนั้นก็ให้นำพาชาติไปสู่ความสุขเพียงเท่านี้สังคมไทยก็คงเกิดความสงบสุขได้

ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาว่าท่ามกลางกระแสโลกาภิวัตน์ชีวิตที่พอเพียงของนักศึกษาเป็นอย่างไร โดยการทำความเข้าใจนักศึกษายุคสังคมปัจจุบันนี้จำเป็นต้องให้ความสำคัญกับวิถีคิด การก่อรูปก่อร่างวิถีการใช้ชีวิตในระดับชีวิตประจำวันท่ามกลางโลกที่กำลังเปลี่ยนแปลง เพราะนักศึกษาแต่ละคนสามารถที่จะเลือก/ออกแบบวิถีการใช้ชีวิตให้กับตนเอง และการทำความเข้าใจวิถีคิดการใช้ชีวิตเกี่ยวกับความพอเพียงของนักศึกษาอย่างละเอียดลึกซึ้งนั้นก็จำเป็นต้องมาจาก "มุมมองและคำบอกเล่า" ของนักศึกษาโดยตรง การวิจัยในครั้งนี้จะเป็นการเปิดโอกาสให้ผู้วิจัยสามารถร่วมรับรู้และเข้าใจโลกของผู้ถูกศึกษาทั้งในด้าน ความรู้สึกนึกคิด ประสบการณ์ ความหมายของสิ่งต่าง ๆ ที่นำไปสู่ความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการดำรงชีวิตที่พอเพียงในมุมมองของนักศึกษา ซึ่งจะป็นข้อมูลพื้นฐานที่สำคัญอย่างยิ่งต่อสถาบันการศึกษา และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องต่อการจัดการเรียนการสอน กิจกรรมที่สอดแทรกการใช้ชีวิตแบบพอเพียงให้เหมาะสมกับความต้องการของนักศึกษาและสภาพของสังคมในปัจจุบัน เพื่อให้นักศึกษาสามารถพัฒนาตนเองให้เป็นคนเก่ง คนดีของสังคมต่อไป

### วัตถุประสงค์ของงานวิจัย

1. เพื่อศึกษาความหมายของความพอเพียงในมุมมองของนักศึกษา
2. เพื่อศึกษาการเรียนรู้การใช้ชีวิตแบบพอเพียงของนักศึกษา
3. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการดำรงชีวิตแบบพอเพียงของนักศึกษา

### คำถามของการวิจัย

1. ความหมายของความพอเพียงในมุมมองของนักศึกษาเป็นอย่างไร
2. นักศึกษามีการเรียนรู้การใช้ชีวิตแบบพอเพียงจากแหล่งใด ในลักษณะใดบ้าง
3. พฤติกรรมการดำรงชีวิตแบบพอเพียงของนักศึกษามีลักษณะอย่างไร

### ขอบเขตของการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษครั้งนี้ประกอบด้วย นักศึกษา มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร (ศึกษาเฉพาะนักศึกษาที่อยู่หอพัก) จำนวน 30 คน โดยผู้วิจัยได้ทำการเลือกกลุ่มตัวอย่าง โดยคำนึงถึงความหลากหลายของการให้ความหมายในลักษณะที่แตกต่างกันของกลุ่มผู้ให้ข้อมูลเป็นหลัก เช่น ความแตกต่างด้านเพศ อายุ คณะที่ศึกษาระดับปริญญาตรีและสังคม

## ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ได้ทราบถึงความหมายของความพอเพียงในมุมมองของนักศึกษา ที่สะท้อนจากวิถีคิดของนักศึกษาโดยตรง อันจะเป็นข้อมูลพื้นฐานสำหรับการวิจัยในครั้งต่อไป
2. ได้ทราบถึงการเรียนรู้ ที่มาของการแสดงพฤติกรรมการใช้ชีวิตแบบพอเพียงของนักศึกษา อันจะเป็นข้อมูลพื้นฐานต่อครอบครัว สถาบันการศึกษา หรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในการพัฒนา ส่งเสริมทักษะการใช้ชีวิตโดยยึดหลักความพอเพียงให้เกิดขึ้นในนักศึกษา ตลอดจนบุคคลกลุ่มอื่นในสังคมต่อไป
3. ได้ทราบว่าท่ามกลางกระแสโลกาภิวัตน์ และสังคมบริโภคนิยม นักศึกษามีพฤติกรรมดำรงชีวิตที่พอเพียงในลักษณะใดบ้าง โดยข้อมูลที่ได้จะเป็นข้อมูลพื้นฐานให้กับครอบครัว อาจารย์หรือผู้ที่เกี่ยวข้องอื่น ๆ ในการส่งเสริม และสนับสนุนให้นักศึกษานำแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงมาเป็นหลักในการดำรงชีวิตประจำวัน
4. ผลการวิจัยจะเป็นข้อมูลพื้นฐานสำหรับผู้สนใจ นำไปประยุกต์ในการศึกษาชีวิตของบุคคลกลุ่มต่าง ๆ และเป็นประโยชน์ในเชิงนโยบายที่ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในการที่จะหามาตรการวางกรอบในการรณรงค์ ส่งเสริมให้นักศึกษาหรือบุคคลอื่น ๆ มีการดำรงชีวิตแบบพอเพียงต่อไป



## บทที่ 2

### ทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยเรื่องชีวิตที่พอเพียงในมุมมองของนักศึกษาภายใต้กระแสโลกาภิวัตน์ ผู้วิจัยได้ทบทวนแนวคิด ทฤษฎี งานวิจัย และบทความทางวิชาการที่เกี่ยวข้องกับประเด็นในการศึกษา และนำเสนอรายละเอียดของแนวคิดทฤษฎีที่นำมาใช้ในการศึกษา และผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นแนวทางหรือเป็นกรอบในการมองและวิเคราะห์ปรากฏการณ์ โดยแบ่งรายละเอียดออกเป็น 2 ส่วนสำคัญ ดังนี้

#### ส่วนที่ 1 กรอบแนวคิดทฤษฎีที่ใช้ในการศึกษา ประกอบด้วย

1. แนวคิดปฏิสังสรรค์สัญลักษณ์ที่อธิบายถึงการวิเคราะห์ปรากฏการณ์ โดยมุ่งเน้นศึกษาวิถีคิด มุมมอง การให้ความหมายที่อยู่เบื้องหลังการกระทำทางสังคม
2. แนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง เพื่อเป็นกรอบในการมอง และอธิบายพฤติกรรมการดำรงชีวิตโดยยึดหลักเศรษฐกิจพอเพียงของนักศึกษา
3. แนวคิดการขัดเกลาทางสังคมเป็นการอธิบายถึงที่มาสาเหตุตลอดจนแรงจูงใจในการแสดงพฤติกรรมของนักศึกษา
4. แนวคิดโลกาภิวัตน์ เป็นปรากฏการณ์ทางสังคมที่มีผลกระทบต่อ การดำรงชีวิตประจำวันของบุคคล โดยแนวคิดนี้จะมีส่วนในการให้คำอธิบายของนักศึกษาต่อ การใช้ชีวิตที่พอเพียงภายใต้ปรากฏการณ์ของสังคมโลกาภิวัตน์

#### ส่วนที่ 2 ทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

##### กรอบแนวคิด ทฤษฎีที่ใช้ในการศึกษา

##### 1. ทฤษฎีการปฏิสังสรรค์สัญลักษณ์

ทฤษฎีการปฏิสังสรรค์สัญลักษณ์ (Symbolic Interactionism) เป็นแกนหลักของสังคมวิทยาแนวการตีความ หรือ “สังคมวิทยาชีวิตประจำวัน” ที่เน้นความสำคัญของความหมายในเชิงอัตวิสัย โดยการมองว่ามนุษย์ใช้ชีวิตอยู่ในโลกแห่งความหมาย ซึ่งกระบวนการนิยามความหมายและการตีความหมาย สามารถถูกสร้างปรับเปลี่ยน เรียนรู้ และถ่ายทอดไปท่ามกลางกระบวนการปฏิสังสรรค์ทางสังคม

สังคมวิทยาชีวิตประจำวัน เป็นแนวทฤษฎีที่มุ่งเน้น ให้ความสนใจในการรับรู้ ประสบการณ์ สังเกต ทำความเข้าใจ พรรณนา วิเคราะห์ และสื่อสารเกี่ยวกับผู้คนที่อยู่ในระหว่างการปฏิสังสรรค์ในสถานการณ์รูปธรรม ซึ่งแสดงให้เห็นจุดที่สำคัญ 3 ประการ (Douglas 1980; พงษ์สวัสดิ์ สวัสดิพงษ์ 2532ก) คือ

1. นักสังคมวิทยาชีวิตประจำวัน ทำการศึกษาการปฏิสังสรรค์ทางสังคมโดยการสังเกต และรับประสบการณ์ของกระบวนการดังกล่าวในสถานการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างเป็นอิสระจากการเข้าแทรกแซงของผู้ศึกษาเป็นสถานการณ์ที่ปรากฏอยู่ในชีวิตประจำวัน

2. สังคมวิทยาชีวิตประจำวัน เริ่มต้นจากการรับประสบการณ์ และการสังเกตกลุ่มคนที่กำลังมีปฏิสังสรรค์ในสถานการณ์รูปธรรม ซึ่งเป็นการกระทำต่อกันโดยตรง (face-to-face) เป็นสถานการณ์ที่สมาชิกของสังคมได้ทำการปฏิสังสรรค์โดยตรงกับคนอื่นๆ จริงๆ นักสังคมวิทยาชีวิตประจำวันเริ่มจากการรับประสบการณ์และสังเกตสิ่งที่กำลังเกิดขึ้นตามธรรมชาติไม่ว่าจะเป็น การรู้สึก การรับรู้ การคิด และการกระทำต่างๆของสมาชิก

3. การวิเคราะห์ทั้งหลายเกี่ยวกับชีวิตประจำวัน เริ่มจากการวิเคราะห์ความหมายที่ใช้โดยสมาชิกกลุ่มสังคม หรือของผู้ถูกศึกษา ซึ่งมักเรียกว่า "ความหมายตามสามัญสำนึก" หรือ "ความหมายในชีวิตประจำวัน" โดยสะท้อนประสบการณ์ภายในของสมาชิกที่เกี่ยวข้องกับปฏิสังสรรค์ทางสังคมในรูปแบบต่างๆ นั่นคือจุดสำคัญของนักสังคมวิทยาชีวิตประจำวันจะเริ่มต้นการศึกษาโดยพยายามทำความเข้าใจและวิเคราะห์สถานการณ์ทางสังคมจากจุดยืนของสมาชิกของสังคม

แนวคิดสังคมวิทยาชีวิตประจำวันได้พัฒนาขึ้นมาอย่างต่อเนื่อง โดยมีแนวคิดพื้นฐานที่สำคัญ 4 ประการ (Douglas 1980; พงษ์สวัสดิ์ สวัสดิพงษ์ 2532 ก) ได้แก่

1. ชีวิตส่วนหนึ่งขึ้นอยู่กับสถานการณ์หรือสิ่งแวดล้อมชีวิตมนุษย์เป็นสิ่งที่ "อยู่ท่ามกลางสถานการณ์" ดังนั้นเพื่อที่จะศึกษาสังคมมนุษย์ ผู้ศึกษาจึงต้องเข้าร่วมในสถานการณ์ทางสังคมและสังเกตสิ่งที่ได้เกิดขึ้นตามธรรมชาติ เพื่อที่จะสามารถรู้ได้อย่างถูกต้อง เชื่อถือได้ว่า แบบแผนการดำรงชีวิตของมนุษย์เป็นอย่างไร

2. ธรรมชาติของชีวิตส่วนหนึ่งเป็นสิ่งที่ปัญหาเสมอ ชีวิตส่วนหนึ่งและสถานการณ์ทั้งหลายในชีวิตเป็นสิ่งที่ปัญหาหรือทำนายไม่ได้ จึงต้องเปิดกว้างเตรียมพร้อมไว้สำหรับสถานการณ์ที่กำลังเปลี่ยนแปลงไป และดัดแปลงส่วนหนึ่งของตนให้เข้ากับสถานการณ์รูปธรรมที่เกิดขึ้น นั่นคือบุคคลต้องคำนึงถึงสถานการณ์และปรับการกระทำให้สอดคล้องไปตามลักษณะของสถานการณ์ในขณะนั้นๆ



3. ธรรมชาติของชีวิตส่วนหนึ่งมีลักษณะข้ามสถานการณ์และส่วนหนึ่งมีลักษณะที่เป็นระเบียบ บางสิ่งบางอย่างในชีวิตอาจจะมีลักษณะที่ค่อนข้างจะเป็นปัญหาและต้องขึ้นกับสถานการณ์ ในขณะที่สิ่งอื่นๆ ค่อนข้างจะทำนายได้และไม่ขึ้นอยู่กับสถานการณ์ (หรือข้ามสถานการณ์) มนุษย์มีความสามารถในการยกระดับตนเองข้ามผ่านสถานการณ์รูปธรรมที่ตนเองเผชิญเพื่อบรรลุสถานการณ์บางประการในอนาคต เช่น คนเราอาจจะมองข้ามผ่านความเจ็บปวดที่เท่าเพื่อความปลอดภัยที่ดีกว่า เป็นต้น แต่เราก็กระทำด้วยความระมัดระวังท่ามกลางสถานการณ์รูปธรรมเหล่านี้

4. การสร้างความหมายและวิถีการกระทำ เนื่องจากความหมายและการกระทำต่างๆ ส่วนหนึ่งมีลักษณะที่เป็นปัญหา ดังนั้นบุคคลจึงต้องสร้างความหมายและการกระทำที่เป็นรูปธรรมเพื่อให้สอดคล้องกับสถานการณ์ทั้งหลายที่ต้องเผชิญในชีวิตประจำวัน

สำหรับแนวคิดทฤษฎีการปฏิสังสรรค์สัญลักษณ์ มีรากฐานแนวความคิดมาจากผลงานของนักคิดทฤษฎีหลายท่าน ที่สำคัญได้แก่ ผลงานของ George Herbert Mead (1863-1931) โดยมี Herbert Blumer เป็นศิษย์เอกสืบทอดแนวความคิดของ Mead และเป็นผู้บัญญัติชื่อทัศนภาพนี้ว่า "Symbolic Interactionism" ซึ่งคำว่า "การปฏิสังสรรค์เชิงสัญลักษณ์" หมายถึงข้อเท็จจริงที่ว่ามนุษย์ "ตีความ" หรือ "ให้นิยาม" ซึ่งกันและกัน แทนที่จะมีเพียงปฏิกริยาต่อการกระทำของกันและกันเท่านั้น ประกอบด้วยความคิดรากฐาน 3 ประการ (พงษ์สวัสดิ์ สวัสดิพงษ์ 2532ก :39-40) คือ

1. มนุษย์กระทำต่อสิ่งต่างๆ จากพื้นฐานความหมายที่สิ่งเหล่านั้นมีต่อตัวเขา
2. ความหมายของสิ่งต่างๆ ได้มาจากหรือเกิดขึ้นจากกระบวนการปฏิสังสรรค์ทางสังคมที่เกิดขึ้นระหว่างบุคคลนั้นกับคนอื่นๆ
3. ผู้กระทำเลือกสรร ตรวจสอบ หยุดยั้ง จัดกลุ่มใหม่และปรับเปลี่ยนความหมายต่างๆ ตามสถานการณ์ที่เขาเผชิญและตามทิศทางการกระทำของเขา

ดังนั้นเนื้อหาหลักของกรอบแนวคิดนี้จึงอยู่ที่ ประการแรก มนุษย์ทำการตีความโลกของตนเองความหมายไม่ได้ติดอยู่กับคนหรือวัตถุที่มนุษย์พบปะและรับรู้แต่เป็นสิ่งที่มนุษย์เป็นผู้ให้ ในทำนองเดียวกันพฤติกรรมของมนุษย์ไม่ได้เป็นเพียงการตอบสนองโดยอัตโนมัติต่อสิ่งเร้า แต่เป็นการสร้างสรรค์ในขณะนั้นๆ นอกจากนี้พฤติกรรมของมนุษย์ยังมีส่วนของการกำหนดหรือทำนายล่วงหน้าไม่ได้จากการรับรู้ลักษณะของพฤติกรรมเป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นในบริบทแห่งการปฏิสังสรรค์ระหว่างมนุษย์ ดังนั้นจึงต้องศึกษาในลักษณะเช่นนั้น และไม่อาจลดลงไปสู่การศึกษาในรูปของความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรเชิงโครงสร้างที่หยุดนิ่งตายตัวได้ (พงษ์สวัสดิ์ สวัสดิพงษ์ 2532: 2)

จากกรอบแนวคิดทฤษฎีการปฏิสังสรรค์สัญลักษณ์ดังกล่าว ข้างต้น ที่มุ่งเน้นศึกษาปรากฏการณ์สังคมที่เป็นรูปธรรมตามสภาพที่เกิดขึ้นจริงตามธรรมชาติในชีวิตประจำวัน โดยให้ความสำคัญกับระบบความหมายที่ใช้โดยสมาชิกกลุ่มหรือผู้ถูกศึกษาภายใต้สถานการณ์ดังกล่าว ซึ่งรวมถึงการให้ความสนใจในการวิเคราะห์ตีความ การให้ความหมาย การสร้างความเข้าใจของบุคคลเกี่ยวกับสิ่งต่างๆที่เกี่ยวข้องในชีวิตและการใช้ความรู้ ความเข้าใจ มุมมองเหล่านั้นในการดำเนินกิจกรรมในชีวิตประจำวันของพวกเขา จึงทำให้แนวคิดทฤษฎีการปฏิสังสรรค์สัญลักษณ์มี “จุดยืน” ที่โดดเด่น แตกต่างจากแนวคิดทฤษฎีหลักอื่นๆ ทางสังคมวิทยาที่ส่วนใหญ่มักจะให้ความสนใจศึกษาวิเคราะห์รูปแบบของการปฏิสังสรรค์ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน ซึ่งเป็นการปฏิสังสรรค์ระหว่างบุคคล โดยเฉพาะการปฏิสังสรรค์ทางตรง หรือแบบเผชิญหน้า (face to face interaction) รวมทั้งจุดสนใจในการศึกษาของแนวคิดทฤษฎีการปฏิสังสรรค์สัญลักษณ์ที่มุ่งเน้นศึกษาระบบคิด การให้ความหมาย และการตีความสถานการณ์ อันเป็นแนวทางการกระทำ จะช่วยให้สามารถทำความเข้าใจพฤติกรรมของบุคคลได้อย่างชัดเจนว่าเหตุใดเขาจึงมีพฤติกรรมเช่นนั้น ทั้งนี้เนื่องจากบุคคลจะแสดงพฤติกรรมออกมาแนวทางใด ขึ้นอยู่กับการที่พวกเขาให้ความหมายกับสิ่งต่างๆ ในสถานการณ์นั้นๆ

ดังนั้นการที่ผู้ศึกษาเลือกใช้แนวคิดทฤษฎีการปฏิสังสรรค์สัญลักษณ์ในการศึกษาคั้งนี้ จึงน่าจะช่วยให้สามารถทำความเข้าใจวิถีคิด มุมมอง ของนักศึกษาต่อความพอเพียง ตลอดจนการประยุกต์หลักเศรษฐกิจพอเพียงเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตของนักศึกษา อันเป็นการสะท้อนถึงที่มาของการแสดงพฤติกรรมที่เป็น “โลก” ของพวกเขาอย่างแท้จริง

## 2. แนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง

### ความเป็นมาของเศรษฐกิจพอเพียง

“เศรษฐกิจพอเพียง” เป็นปรัชญาที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ทรงมีพระราชดำรัสชี้แนะแนวทางการดำเนินชีวิตแก่พสกนิกรชาวไทย มาโดยตลอด ตั้งแต่ก่อนเกิดวิกฤติการณ์ทางเศรษฐกิจ พระองค์ทรงมีกระแสพระราชดำรัสให้ผู้บริหารประเทศและประชาชน เห็นถึงความสำคัญของการพัฒนาที่สมดุล มีการพัฒนาเป็นลำดับขั้น ไม่เน้นเพียงการขยายตัวทางเศรษฐกิจอย่างรวดเร็ว เศรษฐกิจพอเพียง เป็นปรัชญาชี้ถึงการดำรงอยู่และปฏิบัติตนของประชาชนในทุกระดับ ตั้งแต่ระดับครอบครัว ระดับชุมชน จนถึงระดับรัฐ ทั้งในการพัฒนาและบริหารประเทศ ให้ดำเนินไปในทางสายกลาง โดยเฉพาะการพัฒนาเศรษฐกิจเพื่อให้ก้าวทันต่อโลกยุคโลกาภิวัตน์

ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมีความสำคัญหลังจากที่ประเทศไทยได้เกิดวิกฤตเศรษฐกิจขึ้นในช่วงปี 2540 ทำให้ประชาชนชาวไทยมีความตื่นตัวในการสนองแนวพระราชดำริของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวในทุกๆ ด้าน ไม่ว่าจะเป็นภาครัฐ ภาคเอกชน หรือธุรกิจต่างๆ มีการให้ค่านิยามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงหลายคำจำกัดความ หลายลักษณะมีความหมายที่แตกต่างกันไป แต่ก็ยังยึดหลักของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวที่ว่า การเพียงพอ คือ การที่เราพออยู่พอกินตามแต่ละฐานะของแต่ละบุคคล ไม่เบียดเบียนผู้อื่น

แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10 ( พ.ศ.2550 – 2554 ) ได้ัญเชิญ “ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง” มาเป็นแนวทางปฏิบัติเพื่อมุ่งสู่สังคมอยู่เย็นเป็นสุขร่วมกัน ดังนั้นยุทธศาสตร์การพัฒนาและสังคมไทยจึงให้ความสำคัญลำดับสูงกับการพัฒนาคุณภาพคน เนื่องจาก “คน” เป็นทั้งเป้าหมายสุดท้ายที่จะได้รับผลประโยชน์และผลกระทบจากการพัฒนา ขณะเดียวกันเป็นผู้ขับเคลื่อนการพัฒนาเพื่อไปสู่เป้าประสงค์ที่ต้องการ จึงจำเป็นต้องพัฒนาคุณภาพในทุกมิติอย่างสมดุลทั้งจิตใจ ร่างกาย ความรู้และทักษะความสามารถ เพื่อให้เพียงพอพร้อมทั้งด้าน “คุณธรรม” และ “ความรู้”ซึ่งจะนำไปสู่การคิดวิเคราะห์หรืออย่าง “มีเหตุผล” รอบคอบและระมัดระวัง ด้วยจิตสำนึกในศีลธรรมและ “คุณธรรม” ทำให้รู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงและสามารถตัดสินใจโดยใช้หลัก “ความพอประมาณ” ในการดำเนินชีวิตอย่างมีจริยธรรม ซื่อสัตย์สุจริต อดทน ขยันหมั่นเพียร อันจะเป็น “ภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี”ให้คนพร้อมเผชิญต่อการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้น ดำรงชีวิตอย่างมีศักดิ์ศรีและมีความมั่นคงทางเศรษฐกิจและสังคม อยู่ในครอบครัวที่อบอุ่นและสังคมที่สงบสันติสุข ขณะเดียวกันเป็นพลังในการขับเคลื่อนการ พัฒนาเศรษฐกิจให้มีคุณภาพ มีเสถียรภาพและเป็นธรรม รวมทั้งการจัดการทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมให้เป็นฐานการดำรงชีวิตและการพัฒนาประเทศอย่างยั่งยืน นำไปสู่สังคมอยู่เย็นเป็นสุขร่วมกัน

อภิชาติ พันธเสน (2542 : 2-5) กล่าวว่า การทำความเข้าใจกับพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวนั้น มิควรจะนำเฉพาะเนื้อหาของพระราชดำรัสมาพิจารณาเท่านั้น แต่จำเป็นต้องเข้าใจบริบททางการเมือง สังคมและเศรษฐกิจในขณะที่มีพระราชกระแสรับสั่งด้วย ทั้งนี้เนื่องจากพระราชกระแสรับสั่งดังกล่าวนั้นจะสะท้อนความห่วงใยที่พระองค์มีต่อสถานการณ์ในบ้านเมืองขณะนั้น พระราชกระแสรับสั่งจึงถือเป็นการให้สติหรือให้ข้อคิดแก่คณะรัฐบาล ข้าราชการชั้นผู้ใหญ่ทั้งฝ่ายทหารและพลเรือน นักธุรกิจ ตลอดจนพสกนิกรทั่วประเทศ ให้กลับไปคิดถึงใคร่ครวญไตร่ตรอง เพื่อช่วยกันหาทางแก้ไขสถานการณ์ให้ดีขึ้น

อภิชาติ พันธเสน ( 2546 : 13-14) ได้วิเคราะห์ว่าแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงของ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวมีสถานภาพสำคัญ 2 ประการคือ

1. เป็นทิศทางสำคัญในการพัฒนาประเทศ ซึ่งประกอบด้วยกิจกรรมที่สามารถทำให้ ฟังตนเองได้โดยไม่จำเป็นต้องผ่านระบบตลาดอย่างน้อย 1 ใน 4 ของกิจกรรมทั้งหมด
2. เป็นแนวคิดในการดำเนินชีวิตที่ประกอบด้วยความพอเพียง หรือความพอประมาณ คือไม่ฟุ้งเฟ้อแต่ไม่จำเป็นต้องกระเบียดกระเสียรจนเกิดความเดือดร้อน และที่สำคัญต้องมี เหตุผล มีคุณธรรม ซื่อสัตย์สุจริต

#### ความหมายของเศรษฐกิจพอเพียง

สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ(2542 : 26-27) ได้สรุป แนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง เป็นปรัชญาที่ชี้ให้เห็นถึงแนวทางการดำรงอยู่และการปฏิบัติตน ของประชาชนในทุกระดับตั้งแต่ระดับครอบครัว ระดับชุมชน จนถึงระดับรัฐ ทั้งในการพัฒนา และบริหารประเทศให้ดำเนินไปในทางสายกลาง โดยความพอเพียงคือความพอประมาณ ความมีเหตุมีผล มีระบบภูมิคุ้มกันที่ดีต่อผลกระทบของการเปลี่ยนแปลง หากขาดองค์ประกอบใด ก็ไม่เป็นความพอเพียงที่สมบูรณ์ ความพอประมาณ คือ ความพอดี กล่าวอย่างง่าย ๆ เป็นการ ยืนได้โดยลำแข้งของตนเอง มีการกระทำไม่มากเกินไป ไม่น้อยเกินไปในมิติต่างๆ เช่น การบริโภค การผลิตอยู่ในระดับสมดุล การใช้จ่าย การออมอยู่ในระดับที่ไม่สร้างความเดือดร้อนให้กับตนเอง พร้อมรับการเปลี่ยนแปลง ความมีเหตุมีผล หมายความว่า การตัดสินใจเกี่ยวกับระดับความ พอประมาณ ในมิติต่างๆ จะต้องเป็นไปอย่างมีเหตุมีผล ต้องเป็นการมองระยะยาว คำนึงถึง ความเสี่ยง มีการพิจารณาจากเหตุปัจจัยและข้อมูลที่เกี่ยวข้อง ตลอดจนคำนึงถึงผลที่คาดว่าจะ เกิด การมีภูมิคุ้มกันในตัวดีพอสมควร พลวัตในมิติต่างๆ ทำให้มีการเปลี่ยนแปลงในสภาวะ ต่างๆ อย่างรวดเร็วขึ้น จึงต้องมีการเตรียมตัวพร้อมรับผลกระทบที่คาดว่าจะเกิดขึ้นจากการ เปลี่ยนแปลงด้านต่างๆ การกระทำที่เรียกว่าพอเพียงไม่คำนึงถึงเหตุการณ์และผลในปัจจุบัน แต่ จำเป็นต้องคำนึงถึงความเป็นไปได้ของสถานการณ์ต่างๆที่จะเกิดขึ้นในอนาคต ภายได้ข้อจำกัด ของข้อมูลที่มีอยู่ และสามารถสร้างภูมิคุ้มกันพร้อมรับการเปลี่ยนแปลง ทั้งนี้เงื่อนไขการปฏิบัติ ตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงคือ การมีความรอบรู้ รอบคอบระมัดระวัง มีคุณธรรมความซื่อสัตย์ สุจริต ความรอบรู้ คือ มีความรู้เกี่ยวกับวิชาการต่างๆอย่างรอบด้าน ในเรื่องต่างๆที่เกี่ยวข้อง เพื่อใช้เป็นประโยชน์พื้นฐานเพื่อนำไปใช้ในการปฏิบัติอย่างพอเพียง การมีความรอบรู้ย่อมทำให้มี การตัดสินใจที่ถูกต้อง ความรอบคอบ คือ มีการวางแผน โดยสามารถที่จะนำความรู้และหลักวิชา ต่างๆมาพิจารณาเชื่อมโยงสัมพันธ์กัน ความระมัดระวัง คือ ความมีสติ ตระหนักถึงการ

เปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นได้ ในการนำแผนปฏิบัติที่ตั้งอยู่บนหลักวิชาต่างๆ เหล่านั้นไปใช้ในทางปฏิบัติ โดยเป็นการระมัดระวังให้รู้เท่าทันเหตุการณ์ที่เปลี่ยนแปลงไปด้วย ในส่วนของคุณธรรม ความซื่อสัตย์สุจริต ซึ่งคลุมคนทั้งชาติ รวมทั้งเจ้าหน้าที่ นักวิชาการ นักธุรกิจ มีสองด้านคือ ด้านจิตใจ/ปัญญาและด้านกระทำ ในด้านแรกเป็นการเน้นความรู้คู่คุณธรรมตระหนักในคุณธรรม มีความซื่อสัตย์สุจริต และมีความรอบรู้ที่เหมาะสม ส่วนด้านการกระทำหรือแนวทางดำเนินชีวิต เน้นความอดทน ความเพียร สติ ปัญญา และความรอบคอบ เงื่อนไขนี้จะทำให้การปฏิบัติตามเนื้อหาของความพอเพียงเป็นไปได้

เศรษฐกิจพอเพียง จึงเป็นปรัชญาที่เป็นทั้งแนวคิด หลักการและแนวทางปฏิบัติตนของแต่ละบุคคล และองค์กร โดยคำนึงถึงความพอประมาณกับศักยภาพของตนเองและสภาวะแวดล้อมความมีเหตุผลและการมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัวเองโดยใช้ความรู้อย่างถูกหลักวิชาการ ด้วยความรอบคอบและระมัดระวัง ควบคู่ไปกับการมีคุณธรรม ไม่เบียดเบียนกัน แบ่งปัน ช่วยเหลือซึ่งกันและกันและร่วมมือปรองดองกันในสังคม ซึ่งจะช่วยเสริมสร้างสายใยเชื่อมโยงคนในภาคส่วนต่างๆ ของสังคมเข้าด้วยกันสร้างสรรค์พลังในทางบวก นำไปสู่ความสามัคคี การพัฒนาที่สมดุลและยั่งยืนพร้อมรับการเปลี่ยนแปลงภายใต้กระแสโลกาภิวัตน์ได้

สุเมธ ตันติเวชกุล (2542 : 53) ได้สรุปความหมายของเศรษฐกิจพอเพียง หรือระบบเศรษฐกิจที่พึ่งตนเองได้ว่า หมายถึง ความสามารถของชุมชนเมือง รัฐ ประเทศ หรือภูมิภาคหนึ่งๆ ในการผลิตสินค้าและบริการทุกชนิดเพื่อเลี้ยงสังคมนั้นๆ ได้โดยพยายามหลีกเลี่ยงที่จะต้องพึ่งพาปัจจัยต่างๆ ที่เรามีได้เป็นเจ้าของ และเศรษฐกิจพอเพียงในระดับบุคคลนั้น คือ ความสามารถในการดำรงชีวิตได้โดยไม่เดือดร้อน กำหนดความเป็นอยู่อย่างประมาณตนตามฐานะ ตามอัตภาพ และที่สำคัญไม่หลงไหลไปตามกระแสของวัตถุนิยม มีอิสรภาพ เสรีภาพ ไม่พัวพันการอยู่กับสิ่งใด

ประเวศ วะสี (2542 : 4 – 5) อธิบายว่า เศรษฐกิจพอเพียง หมายถึง ความพอเพียง ในอย่างน้อย 7 ประการด้วยกัน คือ

1. พอเพียงสำหรับทุกคน ทุกครอบครัว ไม่ใช่เศรษฐกิจแบบทอดทิ้งกันได้แก่
2. จิตใจพอเพียง ทำให้รักและเอื้ออาทรคนอื่นได้ คนที่ไม่พอจะรักคนอื่นไม่เป็น และทำลายมาก
3. สิ่งแวดล้อมพอเพียง การอนุรักษ์และเพิ่มพูนสิ่งแวดล้อม ทำให้ยังชีพและทำมาหากินได้ เช่น การทำการเกษตรผสมผสาน ซึ่งได้ทั้งอาหาร ได้ทั้งสิ่งแวดล้อม ได้ทั้งเงิน
4. ชุมชนเข้มแข็งพอเพียง การรวมตัวกันเป็นชุมชนที่เข้มแข็งจะทำให้สามารถแก้ปัญหาต่างๆ ได้ เช่น ปัญหาสังคม ปัญหาความยากจน ปัญหาสิ่งแวดล้อม

5. ปัญญาพอเพียง มีการเรียนรู้ร่วมกันในการปฏิบัติ และปรับตัวได้อย่างต่อเนื่อง

6. อยู่บนพื้นฐานวัฒนธรรมพอเพียง วัฒนธรรม หมายถึง วิถีชีวิตของกลุ่มชนที่สัมพันธ์อยู่กับสิ่งแวดล้อมที่หลากหลาย ดังนั้นเศรษฐกิจจึงควรสัมพันธ์และเติบโตขึ้นจากฐานทางวัฒนธรรม จึงจะมั่นคง เช่นเศรษฐกิจของจังหวัดตราด ขณะนี้ไม่กระทบกระเทือนจากฟองสบู่แตก ไม่มีคนตกงาน เพราะอยู่บนพื้นฐานของสิ่งแวดล้อมและวัฒนธรรมท้องถิ่นที่เอื้ออาหารต่ออาชีพการทำสวนผลไม้ ทำการประมง และการท่องเที่ยว

7. มีความมั่นคงพอเพียง ไม่ใช่ুবวบเดี่ยวจน เดี่ยวรวยแบบกะทันหัน เดี่ยวตกงาน ไม่มีกินไม่มีใช้ ทำให้สุขภาพจิตเสีย เครียด เศรษฐกิจพอเพียงที่มั่นคงจึงทำให้สุขภาพจิตดี

กรมการปกครอง (2542: 4) ได้นำแนวพระราชดำริเศรษฐกิจแบบพอเพียง มาอธิบายเพิ่มเติมไว้ว่า เศรษฐกิจพอเพียง...ตามแนวพระราชดำริทรงมุ่งเน้นให้คนไทยพึ่งพาตนเองได้โดยช่วยเหลือตัวเองก่อนเป็นอันดับแรก เริ่มต้นที่การพัฒนาเกษตรกรรมใช้ทรัพยากรในดินที่พอมืออยู่เป็นทุนในการเริ่มต้นรู้จักผลิตเพื่อใช้บริโภคแล้วค่อยนำจำหน่ายยึดหลักเกษตรกรรมตามทฤษฎีใหม่ มีการวางแผนการผลิตที่ดีและรู้จักใช้พื้นที่พัฒนาที่ดินทำกิน ยึดถือหลักธรรมชาติเกื้อกูลซึ่งกันและกัน และพึงมีความพอเพียงในสิ่งเบื้องต้น 3 ประการ ดังนี้

1. พอเพียง.....ในความเป็นอยู่ หมายถึง พอมือพอกินสามารถพึ่งตนเองได้โดยเหมาะสมตามอัตภาพ ทั้งบุคคล ครอบครัว และชุมชน

2. พอเพียง..... ในความคิด หมายถึง มีการปรึกษาหารือระหว่างบุคคล ครอบครัว ชุมชน และคิดในสิ่งที่พึงกระทำได้

3. พอเพียง..... ในจิตใจรู้จักพอไม่โลภมาก ช่วยเหลือเอื้ออาทรซึ่งกันและกันในระหว่างบุคคลในครอบครัว และชุมชน และมีจิตใจรักชุมชนถิ่นตนเอง

วัลลภ พรหมทอง (2543) กล่าวถึงเศรษฐกิจพอเพียงไว้ว่าเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตที่เกี่ยวกับเศรษฐกิจแบบพึ่งพาตนเอง พอลู่พอกิน ซึ่งเกี่ยวข้องกับการผลิต และรวมทั้งวิถีชีวิต วิธีคิด จิตสำนึกของคน วัฒนธรรม วิทยาศาสตร์และธรรมชาติ

จากความหมายข้างต้น สรุปได้ว่าเศรษฐกิจพอเพียง หมายถึง การดำรงชีวิตด้วยความพอดีกับตนเอง ความมีเหตุผล ลดละเลิกความต้องการที่เกินความจำเป็น ตั้งตนอยู่ในความพอประมาณ ปฏิบัติตนด้วยความซื่อสัตย์ อดทน และความรอบคอบ การปฏิบัติตนด้วยความพอเพียงอย่างมีเหตุและผลทั้งทางด้านเศรษฐกิจและทางการดำเนินชีวิต พึ่งพาตนเองได้ ประหยัด ไม่ฟุ่มเฟือย ไม่เบียดเบียนผู้อื่น ไม่โลภ ไม่สุดโต่ง มีความพอประมาณในชีวิต และพอเพียงในความเป็นอยู่

### การประยุกต์เศรษฐกิจพอเพียงในการดำรงชีวิต

เศรษฐกิจพอเพียงเป็นเสมือนแนวทางในการดำเนินชีวิต ที่ให้คนรู้จักคำว่า "พอ" ทั้งนี้แนวคิดดังกล่าวมีคุณธรรมแฝงอยู่หลายประการ ซึ่งผู้ปฏิบัติตนตามคุณธรรมเหล่านี้ จะเป็นผู้ที่ดำเนินชีวิตอย่างพอเพียง และเมื่อดำเนินชีวิตตามเศรษฐกิจพอเพียงได้ ย่อมเกิดความสันติสุขในชีวิต โดยปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในระดับปัจเจกบุคคล ชุมชน และระดับรัฐได้ ดังนี้ (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2549)

1. ในระดับปัจเจกบุคคล/ครอบครัว คือ การที่สมาชิกในครอบครัวใช้ชีวิตบนพื้นฐานของการรู้จักตนเอง สามารถพึ่งตนเองได้และดำเนินชีวิตอย่างพอกิน พอใช้ โดยไม่เบียดเบียนผู้อื่น เมื่อเหลือกินเหลือใช้ ก็แบ่งปันเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ทำให้เกิดความสุขและความพอใจในการดำเนินชีวิตอย่างพอเพียง พยายามพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้สามารถอยู่อย่างพอเพียงได้ในทุกสถานการณ์สร้างความสมดุลให้เกิดขึ้นในชีวิตและครอบครัว และสามารถทำตนให้เป็นประโยชน์กับสังคมได้

2. ความพอเพียงในระดับชุมชน เกิดขึ้นเมื่อสมาชิกในชุมชนมีความพอเพียงในระดับครอบครัวเป็นพื้นฐานแล้ว สมาชิกสามารถนำหลักเศรษฐกิจพอเพียงมาขยายผลในทางปฏิบัติไปสู่ระดับชุมชนได้ มีการรวมกลุ่มทำประโยชน์เพื่อส่วนรวม โดยอาศัยภูมิปัญญาและความสามารถที่ตนมีอยู่เป็นพื้นฐานประกอบการดำเนินชีวิต มีความช่วยเหลือแบ่งปันกันจนเป็นพื้นฐานให้เกิดการรวมกลุ่มในสังคม สร้างเป็นเครือข่ายเชื่อมโยงระหว่างกันต่อไป ซึ่งจะนำไปสู่ความเป็นอยู่ที่ดีพอเพียงของชุมชนโดยรวมในการดำเนินชีวิตที่สมดุลอย่างแท้จริง

3. ความพอเพียงในระดับรัฐหรือระดับประเทศ เป็นเศรษฐกิจพอเพียงแบบก้าวหน้า เกิดขึ้นจากการรวมกลุ่มของชุมชนหลายๆ แห่ง ที่มีความพอเพียง มาร่วมแลกเปลี่ยนความรู้และประสบการณ์ ตลอดจนร่วมมือกันพัฒนาตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียง เพื่อสร้างเป็นเครือข่ายเชื่อมโยงระหว่างชุมชน ด้วยหลักแบ่งปันและช่วยเหลือซึ่งกันและกัน จนเกิดเป็นสังคมแห่งความพอเพียง ในที่สุดเมื่อรู้แจ้งเห็นจริงด้วยเหตุด้วยผลว่าพื้นฐานของประเทศเป็นอย่างไรก็จะสามารถวางนโยบายและกลยุทธ์การพัฒนาให้สังคมเจริญก้าวหน้าได้อย่างสมดุลและยั่งยืน

ทศนา แคมมณี (2546) ได้สรุปสาระสำคัญของที่เป็นกระบวนการที่จำเป็นในการประยุกต์แนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง ในการดำเนินชีวิต หรือกิจกรรมต่าง ๆ ชีวิตให้เกิดความพอเพียง คือ

1. การพึ่งตนเอง เป็นคุณสมบัติประการแรกที่มนุษย์ทุกคนควรจะทำ คือการไม่มุ่งที่จะพึ่งพาคนอื่น หรือการรอคอยที่จะให้ผู้อื่นมาช่วยตนเองโดยไม่ยอมทำอะไร การที่บุคคลจะพึ่งตนเองได้นั้นจะต้องเป็นผู้มีความรับผิดชอบในตนเอง เพราะหากขาดความรับผิดชอบแล้วก็จะขาดจิตสำนึกในการพึ่งตนเอง

2. การทำงานและการแก้ปัญหา เมื่อบุคคลเกิดจิตสำนึกมีความรับผิดชอบในตนเอง และพร้อมที่จะพึ่งตนเองแล้ว บุคคลนั้นก็จะต้องลงมือกระทำการอันจะช่วยให้ตนเองได้สิ่งที่ต้องการ การทำงานหรือลงมือปฏิบัติจึงเป็นกระบวนการที่สำคัญในอันดับต่อมา โดยบุคคลใดสามารถประกอบกิจการงานให้ประสบผลสำเร็จตามที่มุ่งหวังไว้ จะต้องมีความขยัน อดทน ไม่ท้อถอย สามารถที่จะต่อสู้กับอุปสรรคต่าง ๆ และแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นได้

3. การแสวงหาความรู้ และข้อมูลในการทำงานใด ๆ ให้ได้ผล การแสวงหาข้อมูลและความรู้เพื่อนำมาใช้ในการปฏิบัติงานเป็นสิ่งจำเป็น ไม่ว่าจะเป็ความรู้จากผู้รู้หรือแหล่งความรู้อื่น ๆ จะช่วยให้การทำงานของบุคคลก้าวหน้าและได้ผลมากขึ้น

4. การพัฒนาตนเองและคุณภาพชีวิต เมื่อบุคคลมีความรับผิดชอบที่จะพึ่งตนเอง และลงมือทำงานโดยอาศัยความรู้ต่าง ๆ ที่เป็นประโยชน์ หากมีปัญหาก็สามารถที่จะศึกษาหาวิธีการที่จะแก้ไขปัญหานั้น ๆ ได้ การปฏิบัติก็จะบังเกิดผล บุคคลก็จะเกิดการพัฒนาทั้งด้านคุณภาพชีวิต และคุณสมบัติส่วนตัว

นอกจากเรื่องค่านิยมที่จำเป็นสำหรับนำไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตแล้ว เราต้องรู้จักปรับปรุงวิธีคิดเพื่อการดำเนินชีวิตอย่างมีประสิทธิภาพควบคู่กันไปด้วย เช่น การจัดระบบ รายรับ-รายจ่าย การรู้จักบริโภคแต่สิ่งที่มีประโยชน์และพอสมควรไม่มาก-ไม่น้อยเกินไป รู้จักการใช้ทรัพยากรอย่างรู้คุณค่า ประหยัด และรวมถึงการอนุรักษ์ทรัพยากรและสิ่งแวดล้อม การสร้างครอบครัวให้มีความอบอุ่น เข้มแข็ง มีการวางแผนครอบครัวและวางแผนชีวิต ให้การศึกษาที่มีคุณภาพและปลูกจิตสำนึกที่ดีต่อสังคมให้แก่เยาวชน เพื่อให้ทุกคนสามารถอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างมีความสุขและสงบสุขอย่างยั่งยืน

คณะอนุกรรมการขับเคลื่อนเศรษฐกิจพอเพียง ( 2547 : 79-80) กล่าวว่า การจะนำเศรษฐกิจพอเพียงไปประยุกต์ใช้ให้ได้ผลในการดำเนินชีวิต จำเป็นต้องเริ่มต้นจากการมีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องว่าเศรษฐกิจพอเพียงหมายถึงอะไร มีหลักการสำคัญอะไรบ้างที่จะนำไปใช้เป็นแนวทางในทางปฏิบัติ ตลอดจนเห็นประโยชน์จากการนำเศรษฐกิจพอเพียงไปประยุกต์ใช้ จึงจะเกิดความสนใจที่จะทดลองนำปรัชญาไปใช้ในการดำเนินชีวิต และหลังจากที่มีความเข้าใจอย่างถูกต้องแล้วก็จำเป็นต้องทดลองนำมาประยุกต์ใช้กับตนเองทั้งในชีวิตประจำวันและการดำเนินชีวิต



ต่างๆร่วมกับผู้อื่น โดยคำนึงถึงการพึ่งตนเองเป็นเบื้องต้น การกระทำอะไรที่ไม่สุดโต่งไปข้างใดข้างหนึ่ง การใช้เหตุผลเป็นพื้นฐานในการตัดสินใจและการกระทำต่างๆ การสร้างภูมิคุ้มกันที่ดีในด้านต่างๆ เพื่อพร้อมรับการเปลี่ยนแปลง และไม่ทำอะไรที่เสี่ยงจนเกินไป จนทำให้ตนเองหรือคนรอบข้างเดือดร้อนภายหลัง การใฝ่รู้อย่างต่อเนื่องและใช้ความรู้ด้วยความรอบคอบ ระมัดระวัง ความซื่อสัตย์ ความไม่โลภความรู้จักพอ ความขยันหมั่นเพียร การไม่เบียดเบียนกัน การรู้จักแบ่งปัน และช่วยเหลือซึ่งกันและกัน อย่างไรก็ตามวิถีการที่จะสร้างภาวะความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องอย่างลึกซึ้งเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง เพื่อให้สามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้ นั้น จำเป็นที่จะต้องผ่านกระบวนการเรียนรู้ด้วยตนเอง หรือร่วมกับผู้อื่น การเรียนรู้ที่ผ่านกระบวนการไตร่ตรองและเรียนรู้จากการปฏิบัติ การแลกเปลี่ยนข้อคิดเห็นและประสบการณ์ระหว่างผู้ที่มีความสนใจร่วมกัน ตระหนักถึงประโยชน์และความสุขที่จะได้รับจากการนำหลักเศรษฐกิจพอเพียงไปใช้ แล้วเกิดการปรับเปลี่ยนกระบวนทัศน์ น้อมนำเอาเศรษฐกิจพอเพียงไปใช้ในการดำเนินชีวิตต่อไป

#### การปฏิบัติตนตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียง

การปฏิบัติตนตามแนวทางเศรษฐกิจแบบพอเพียงมีลักษณะดังต่อไปนี้ (มูลนิธิชัยพัฒนา, 2548 : ออนไลน์)

1. ยึดความประหยัด ตัดทอนค่าใช้จ่ายในทุกด้าน ลดละความฟุ้งเฟ้อในการดำรงชีพอย่างจริงจัง ดังพระราชดำรัสว่า . . . ความเป็นอยู่ที่ไม่ฟุ้งเฟ้อ ต้องประหยัดไปในทางที่ถูกต้อง
2. ยึดถือการประกอบอาชีพด้วยความถูกต้อง สุจริต แม้จะตกอยู่ในภาวะขาดแคลนในการดำรงชีพก็ตาม ดังพระราชดำรัสที่ว่า . . . ความเจริญของคนทั้งหลายย่อมเกิดมาจากการประพฤติชอบและการหาเลี้ยงชีพของตนเป็นหลักสำคัญ . .
3. ละเลิกการแก่งแย่งผลประโยชน์และแข่งขันกันในทางการค้าขายประกอบอาชีพแบบต่อสู้กันอย่างรุนแรงดังอดีต ซึ่งมีพระราชดำรัสเรื่องนี้ว่า . . ความสุขความเจริญอันแท้จริงนั้น หมายถึงความสุขความเจริญที่บุคคลแสวงหามาได้ด้วยความเป็นธรรมทั้งในเจตนาและการกระทำ ไม่ใช่ได้มาด้วยความบังเอิญหรือด้วยการแก่งแย่งเบียดบังมาจากผู้อื่น
4. ไม่หยุดนิ่งที่จะหาทางให้ชีวิตหลุดพ้นจากความทุกข์ยากครั้งนี้ โดยต้องขวนขวายใฝ่หาความรู้ให้เกิดมีรายได้เพิ่มพูนขึ้นจนถึงขั้นพอเพียงเป็นเป้าหมายสำคัญ พระราชดำรัสตอนหนึ่งที่ทำให้ความชัดเจนว่า . . . การที่ต้องการให้ทุกคนพยายามที่จะหาความรู้ และสร้างตนเองให้มั่นคงนี้เพื่อตนเอง เพื่อที่จะให้ตัวเองมีความเป็นอยู่ที่ก้าวหน้าที่มีความสุข พอมีพอกินเป็นขั้นหนึ่ง และขั้นต่อไป ก็คือให้มีเกียรติว่ายืนได้ด้วยตัวเอง. . .

5. ปฏิบัติตนในแนวทางที่ดีลดละสิ่งชั่วกิเลสให้หมดสิ้นไป ทั้งนี้ด้วยสังคมไทยที่ล่มสลายลงในครั้งนี้ เพราะยังมีบุคคลจำนวนมิใช่น้อยที่ดำเนินการโดยปราศจากการระมัดระวังต่อแผ่นดินพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวได้พระราชทานพระราโชวาทว่า . . . พยายามไม่ก่อความชั่วให้เป็นเครื่องทำลายตัว ทำลายผู้อื่น พยายามลด พยายามละความชั่วที่ตัวเองมีอยู่ พยายามก่อความดีให้แก่ตัวอยู่เสมอ พยายามรักษา และเพิ่มพูนความดีที่มีอยู่นั้นให้จงกามสมบูรณ์ขึ้นทรงย้ำเน้นว่าคำสำคัญที่สุดคือ คำว่า "พอ" ต้องสร้างความพอที่สมเหตุสมผลให้กับตัวเองให้ได้และเราก็จะพบกับความสุข

สุเมธ ตันติเวชกุล (2543) กล่าวถึงหลักการพึงตนเองตามแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง โดยการยึดหลักสำคัญ 5 ประการคือ

1. ด้านจิตใจ โดยการทำตนให้เป็นที่พึงของตนเองมีจิตสำนึกที่ดี สร้างสรรค์ให้ตนเองและชาติโดยรวม มีจิตใจเอื้ออาทร ประณีประนอม เห็นประโยชน์ส่วนรวมเป็นที่ตั้ง
2. ด้านสังคม แต่ละชุมชนต้องช่วยเหลือเกื้อกูลกัน เชื่อมโยงกันเป็นเครือข่ายชุมชนที่แข็งแรง เป็นอิสระ
3. ด้านทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ให้ใช้และจัดการอย่างฉลาด พร้อมทั้งหาทางเพิ่มมูลค่า โดยให้ยึดอยู่บนหลักการของความยั่งยืน
4. ด้านเทคโนโลยี จากสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว เทคโนโลยีที่เข้ามามีทั้งดีและไม่ดี จึงต้องแยกแยะอยู่บนพื้นฐานของภูมิปัญญาชาวบ้าน และเลือกใช้เฉพาะที่สอดคล้องกับความต้องการและสภาพแวดล้อม และควรมีการพัฒนาเทคโนโลยีจากภูมิปัญญาของเราเอง
5. ด้านเศรษฐกิจ แต่เดิมนักพัฒนามุ่งเน้นที่การเพิ่มรายได้ และไม่มีที่การมุ่งที่การลดรายจ่าย ในเวลาปัจจุบันนี้จะต้องมุ่งลดรายจ่ายก่อนเป็นสำคัญ และยึดหลักของความพออยู่พอกิน พอใช้

สรุปได้ว่าเศรษฐกิจพอเพียง หมายถึงความสามารถในการดำเนินชีวิตของบุคคลอย่างเรียบง่าย รู้จักตนเอง ประมาทตนเอง ยอมรับความเป็นจริงของตนเอง มีความเพียงพอกับตนเอง อดออม ไม่ฟุ้งเฟ้อ โดยผู้วิจัยเลือกใช้แนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงมาเป็นกรอบในการศึกษา เพื่อต้องการทราบว่าในการดำรงชีวิตประจำวันของนักศึกษา นักศึกษามีมุมมองต่อความพอเพียงของตนเองอย่างไร นักศึกษามีการนำแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงที่ประกอบด้วย ความพอประมาณ ความมีเหตุผล การมีภูมิคุ้มกัน ภายใต้เงื่อนไขของความรู้คู่คุณธรรม มาใช้ในการดำรงชีวิตประจำวันในลักษณะใดบ้าง

### 3. แนวคิดการขัดเกลาทางสังคม

การขัดเกลาทางสังคมถือว่าเป็นสิ่งที่มนุษย์ขาดเสียมิได้ตั้งแต่เกิดจนเป็นผู้ใหญ่ เพื่อให้การเจริญเติบโตเต็มที่ตามวุฒิภาวะ การขัดเกลาทางสังคมเป็นกระบวนการสำคัญอย่างยิ่ง กระบวนการหนึ่งในการพัฒนาบุคคล ให้บุคคลเกิดการเรียนรู้ ไม่ว่าจะในด้านความเชื่อ คุณค่า ประเพณี กฎเกณฑ์ของกลุ่มหรือสังคมหนึ่งๆ กำหนดไว้ เพื่อให้บุคคลมีแบบของความประพฤติที่สอดคล้องกับกลุ่มหรือสังคมนั้น

#### ความหมายของการขัดเกลาทางสังคม

คำว่า "การขัดเกลาทางสังคม" (Socialization) นักวิชาการหลายสาขาแปลความหมายเป็นภาษาไทยแตกต่างกันออกไป เช่น สังคมประกิต สังคมกรรม การอบรมให้รู้ระเบียบของสังคม การอบรมขัดเกลา เป็นต้น

การขัดเกลาทางสังคมเป็นกระบวนการทางสังคมกับทางจิตวิทยา ซึ่งมีผลทำให้บุคคลมีบุคลิกภาพตามแนวที่สังคมต้องการ เด็กที่เกิดมาต้องได้รับการอบรมสั่งสอนให้เป็นผู้สมาชิกที่สมบูรณ์ของสังคม สามารถอยู่ร่วมกัน และมีความสัมพันธ์กับคนอื่นได้อย่างราบรื่น นอกจากนี้การขัดเกลาทางสังคมทำให้มนุษย์เปลี่ยนแปลงสภาพตามธรรมชาติ เป็นมนุษย์ผู้มีวัฒนธรรม ดังนั้นการขัดเกลาทางสังคมจึงมีความหมาย 2 นัยด้วยกัน (จำนงค์ อติวัฒนสิทธิ์ และคณะ , 2549 : 43) คือ

1. การขัดเกลาทางสังคมหมายถึงการถ่ายทอดวัฒนธรรม ด้วยเหตุที่มนุษย์ไม่มีความรู้เรื่องวัฒนธรรมติดตัวมาตั้งแต่กำเนิด เช่น ภาษาพูด การอ่านเขียนหนังสือ มารยาทสังคม การขัดเกลาทางสังคมจึงเป็นการถ่ายทอดวัฒนธรรม ทำให้มนุษย์ได้เรียนรู้วัฒนธรรม และสามารถปฏิบัติตัวในสังคมได้อย่างถูกต้อง

2. การขัดเกลาทางสังคม หมายถึงการพัฒนาบุคลิกภาพ สังคมแต่ละแห่งมีวัฒนธรรมไม่เหมือนกัน มนุษย์ในแต่ละสังคมจึงมีบุคลิกภาพแตกต่างกัน เช่น เด็กที่มาจากครอบครัวที่พ่อแม่เอาใจใส่อบรมสั่งสอนอยู่เสมอมักจะมีกิริยามารยาทเรียบร้อยและพูดจาไพเราะกว่าเด็กที่ถูกปล่อยปละละเลย ไม่มีคนดูแลเอาใจใส่

Broom and Selznick (1977: 86) ได้กล่าวว่าการขัดเกลาทางสังคมเป็นสิ่งที่มนุษย์ต้องประสบตั้งแต่เด็กจนเป็นผู้ใหญ่ โดยเรียนรู้ถึงกฎเกณฑ์ ค่านิยม ระเบียบแบบแผน ที่มนุษย์ในสังคมนั้น ๆ วางไว้ เพื่อให้ความสัมพันธ์และความสามารถในการอยู่ร่วมกันดำเนินไปด้วยดี การขัดเกลาทางสังคมจึงเป็นการถ่ายทอดวัฒนธรรม ทำให้บุคคลสามารถปรับตัวเข้ากับวิถีชีวิต ระเบียบ บรรทัดฐานที่เป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต

พหุยา สายหู (2529 : 1) กล่าวว่า การขัดเกลาทางสังคม เป็นกระบวนการที่สังคม หรือกลุ่มสั่งสอนโดยตรง หรือทางอ้อมให้แก่ผู้ที่จะเป็นสมาชิกของกลุ่มได้เรียนรู้และรับเอาระเบียบวิธี กฎเกณฑ์ ความประพฤติ และคุณค่าต่าง ๆ ที่กลุ่มนั้นกำหนดไว้เป็นระเบียบของความประพฤติและความสัมพันธ์ของสมาชิกในสังคม

สุพัตรา สุภาพ (2549 : 38) กล่าวว่า การขัดเกลาทางสังคม เป็นกระบวนการ ทั้งทางตรงและทางอ้อมของมนุษย์ในสังคมหนึ่ง ๆ เพื่อที่จะพัฒนาตนเองให้เป็นสมาชิกที่ดีของสังคมและเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพของตนเอง

จากความหมายของการขัดเกลาทางสังคมที่กล่าวมา สรุปได้ว่า การขัดเกลาทางสังคมเป็นกระบวนการทางสังคมหรือกลุ่มที่อบรม ปลูกฝัง ให้บุคคลได้เรียนรู้แบบแผนความประพฤติ บรรทัดฐานทางสังคม เพื่อให้สมาชิกของสังคมเรียนรู้วัฒนธรรมหรือแบบแผนในการดำรงชีวิต และให้บุคคลมีการพัฒนาบุคลิกภาพตามที่สังคมต้องการ

#### ประเภทของการขัดเกลาทางสังคม

จำนงค์ อติวัฒน์สิทธิ์ และคณะ (2549 : 43-44) แบ่งประเภทของการขัดเกลาทางสังคมออกเป็น 2 ทางคือ

1. การขัดเกลาทางสังคมโดยทางตรง เช่น การที่พ่อแม่ฝึกอบรมเด็กให้รู้จักพูด รู้จักกิริยามารยาททางสังคม ครูอาจารย์สอนนักเรียนและนักศึกษาให้มีศิลปะและวิทยาการต่าง ๆ รวมทั้งการทำหน้าที่ในการเป็นพลเมืองที่ดี
2. การขัดเกลาทางสังคมโดยทางอ้อม เช่น ฟังอภิปราย ปาฐกถา ฟังวิทยุ ดูโทรทัศน์ ทำให้ได้รับความรู้ความเข้าใจในสิ่งต่าง ๆ เกิดการเรียนรู้ระเบียบต่าง ๆ ในสังคม

#### จุดมุ่งหมายของการขัดเกลาทางสังคม

สุพัตรา สุภาพ (2549: 38-39) กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของการขัดเกลาทางสังคมโดยมีรายละเอียดดังนี้

1. การปลูกฝังระเบียบวินัยพื้นฐาน (Basic Discipline) ระเบียบวินัยเป็นพื้นฐานของมนุษย์ในการปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ที่กลุ่มได้กำหนดไว้เป็นการฝึกให้มีความอดกลั้นที่จะทำตามความพอใจของตนเองเพื่อประโยชน์ในวันข้างหน้า เช่น เด็กไม่ชอบเรียนหนังสือแต่ต้องพยายามเรียนเพราะพ่อแม่บังคับหรือเรียนเพราะอยากได้ความรู้ หรือเป็นทหารต้องฝึกอย่างหนักจะได้เป็นทหารที่มีสมรรถภาพ สามารถป้องกันประเทศได้ดี เป็นต้น ระเบียบวินัยจึงมีผลต่อบุคลิกลักษณะและความประพฤติของบุคคล โดยบุคคลจะเกิดความเคยชินและจะทำไปโดยไม่รู้ตัว เช่น

เคยตื่นแต่เช้า พอถึงเวลาจะตื่นขึ้นไม่ว่าอยากตื่นหรือไม่ก็ตาม หรือคนที่เคยรับประทานอาหารเช้าโดยให้ช้อนกลางจะเกิดความเคยชินและหากไม่มีช้อนกลางจะรับประทานไม่ค่อยลงเป็นต้น

2. **ปลูกฝังความมุ่งหวัง (Aspiration)** ความมุ่งหวังช่วยให้บุคคลมีกำลังใจทำตามระเบียบวินัยต่าง ๆ เช่น อยากได้ปริญญาก็ต้องเรียนหนังสือ อยากได้เลื่อนขั้นก็ต้องขยันทำงาน ส่วนมากมักจะมุ่งหวังในสิ่งที่สังคมยกย่องหรือถือว่าดีงาม จึงเป็นเหตุหนึ่งที่ทำให้คนเรามีกำลังใจหรือบังคับตัวเองให้ปฏิบัติตามระเบียบวินัยไม่ว่าจะพอใจหรือไม่ก็ตาม เพื่อจะได้ในสิ่งที่ตนเองคาดหวังไว้

3. **สอนให้รู้จักบทบาทและทัศนคติต่าง ๆ (Social Roles and Supporting Attitudes)** เป็นการสอนให้รู้จักแสดงบทบาทอย่างเหมาะสมตามวาระและโอกาสต่าง ๆ เพราะบทบาทของแต่ละคนมีไม่เหมือนกัน จึงควรที่จะเรียนรู้และทำตามบทบาทของตนให้ดีที่สุด เช่น นายกับลูกน้อง นักเรียนกับครูต่างมีบทบาทต่างกัน มีกฎเกณฑ์ ท่าที บุคลิกภาพ ลักษณะต่างกันออกไปเช่น ครูต้องมีเมตตาอดทนต่อการดื้อรั้นของเด็ก เป็นนักเรียนต้องตั้งใจเรียน ไม่เกียจคร้าน เป็นพ่อต้องเลี้ยงลูก เป็นลูกต้องเชื่อฟังพ่อแม่อบรมสั่งสอนด้วยการทำตัวให้ดีที่สุด เป็นพนักงานขับรถต้องรู้กฎจราจร เป็นนายต้องเฉลียวฉลาด รู้จักสั่งงาน เป็นต้น

4. **สอนให้มีทักษะ (Skills)** เป็นการเตรียมบุคคลให้มีความชำนาญเฉพาะอย่าง เช่น การประกอบอาหาร การเขียนจดหมาย การใช้โทรศัพท์ การเป็นวิศวกร การเป็นแพทย์ การมีส่วนร่วมทางการเมือง การสั่งอาหาร เป็นต้น เพื่อสังคมจะได้รับประโยชน์จากสมาชิกในหลาย ๆ ด้าน เรื่องทักษะเป็นสิ่งที่มีการเน้นและขัดเกลาในทุกระดับ ไม่ว่าจะเป็นสังคมที่เจริญแล้วหรือล้าหลังก็ตาม โดยในสังคมที่ล้าหลังจะเรียนรู้ด้วยการลอกเลียนแบบ หรือสัมผัสกับชีวิตจริง เช่น ล่าสัตว์ ทอผ้า ทำนา เป็นต้น ส่วนในสังคมที่เจริญแล้วจะสอนอย่างเป็นทางการและไม่เป็นทางการด้วยการเรียนจากสถาบัน ต่าง ๆ เช่น แพทย์ วิศวกร พยาบาล จิตวิทยา ช่างกล ช่างไม้ เป็นต้น ทำให้บุคคลมีความถนัดเฉพาะอย่างในการที่จะประกอบอาชีพหรือช่วยเหลือกันต่อไป เช่น เจ็บป่วยก็ไปหาหมอ รถเสียก็ต้องหาช่างแก้ไข อยากสร้างบ้านก็ต้องหาสถาปนิก เป็นต้น หรือสอนกันเองในครอบครัว เช่น แม่สอนลูกให้ทำกับข้าว เย็บเสื้อผ้า พ่อสอนให้ซ่อมเครื่องใช้ ทำนา ทำไร่ เป็นต้น

#### ตัวแทนในการขัดเกลาทางสังคม

การขัดเกลาทางสังคม จะต้องมีตัวแทนที่ทำหน้าที่เพื่อการขัดเกลา การปลูกฝัง เพื่อให้สมาชิกในสังคมเกิดการเรียนรู้พฤติกรรมที่สังคมคาดหวัง ณรงค์ เส็งประชา (2538 : 165-167) ได้แบ่งตัวแทนของการขัดเกลาทางสังคมไว้ดังนี้

1. ครอบครัว จัดเป็นองค์กรในการให้การอบรมให้เรียนรู้ระเบียบของสังคมที่สำคัญ ทั้งนี้เพราะมีความใกล้ชิดกับเด็กและสมาชิกของครอบครัวและอยู่ร่วมกันเป็นเวลานาน จึงทำหน้าที่อบรมสั่งสอนได้ตลอดเวลา ครอบครัวเป็นสถาบันทางสังคมที่สำคัญที่สุดในการส่งเสริมพัฒนาการของเด็ก เป็นสถาบันเบื้องต้นในการอบรมสั่งสอน ถ่ายทอดความรู้ ทักษะ ประสิทธิภาพ ความเชื่อ ทศนคติ และค่านิยมให้แก่เด็ก คอยขัดเกลาอุปนิสัยใจคอ และการปฏิบัติให้ถูกต้องตามทำนองคลองธรรม ช่วยให้เด็กเรียนรู้ว่าสิ่งใดดี สิ่งใดชั่ว สิ่งใดพึงปฏิบัติ สิ่งใดไม่พึงปฏิบัติ ครอบครัวจึงเป็นแหล่งเรียนรู้การดำเนินชีวิตการปฏิบัติตัวของเด็ก และมีอิทธิพลต่อพัฒนาการทุกๆ ด้านของเด็ก

ความสำคัญของครอบครัวที่เกี่ยวข้องกับเด็ก และเยาวชน มีหลายประการ ได้แก่ (คณะอนุกรรมการด้านครอบครัว , 2537)

- 1) ครอบครัวเป็นสถาบันพื้นฐานแรกที่สุดของมนุษย์ และเป็นสถาบันที่เก่าแก่ที่สุดในโลกที่ทำหน้าที่ในการหล่อหลอมความเป็นมนุษย์ของสมาชิกใหม่ในครอบครัว
- 2) การอบรมเลี้ยงดูจากครอบครัว และการให้การศึกษาในครอบครัว มีอิทธิพลต่อระดับคุณภาพของคน และบุคลิกภาพ ซึ่งรวมทั้งค่านิยม เจตคติ และพฤติกรรมของเด็กและเยาวชน วิธีชีวิตของสมาชิกในครอบครัวที่มีอิทธิพลต่อกัน โดยเฉพาะในเด็กและเยาวชน ครอบครัวเป็นเบ้าหลอมความคิด ค่านิยมต่างๆ ที่สำคัญ
- 3) เป็นหน่วยของสังคมพื้นฐานที่ประกอบด้วยวิถีชีวิตของสมาชิกทุกคน วิธีชีวิตนี้ รวมทั้งด้านเศรษฐกิจ การเมือง การศึกษา ศิลปวัฒนธรรม และจริยธรรม ซึ่งมีผลต่อคุณภาพของสังคม
- 4) ครอบครัวเป็นหน่วยเศรษฐกิจพื้นฐานของสังคม ที่สามารถจุนเจือเด็กและเยาวชน ที่ยังต้องการพึ่งพาผู้อื่นในวัยเยาว์

2. กลุ่มเพื่อน เมื่อเด็กโตขึ้นก็จะเข้าร่วมสังคมกับเพื่อน ๆ เช่น กับเพื่อนบ้าน เพื่อนที่สนามเด็กเล่น เพื่อนที่โรงเรียน กลุ่มเพื่อนมีอิทธิพลสำคัญต่อพฤติกรรมของเด็กเช่นกันเด็กอาจเลียนแบบอย่างเพื่อน ดังนั้นถ้าเด็กได้คบกับเพื่อนดีจะได้รับแบบอย่างที่ดี ในทางตรงกันข้ามหากคบเพื่อนไม่ดีย่อมมีพฤติกรรมไม่ดีด้วย กลุ่มเพื่อนจะช่วยให้เด็กได้เรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ ที่อาจไม่ได้รับจากครอบครัวหรือผู้ใหญ่ เช่น เพศศึกษา ความเสมอภาค ความเป็นตัวของตัวเอง ความเป็นผู้นำ ซึ่งเด็กอาจนำเอาพฤติกรรมต่าง ๆ ของเพื่อนมาใช้เป็นแนวทางปฏิบัติของตนเอง

กลุ่มเพื่อนส่วนใหญ่จะมีส่วนเกี่ยวข้องกับกระบวนการขัดเกลาทางสังคมทางอ้อม เพราะไม่มีการเขียนระเบียบหรือกฎเกณฑ์ในการที่จะให้บุคคลคบเพื่อนไว้ แต่บุคคลจะคบกันเป็นเพื่อนเพราะมีสิ่งที่ต้องการร่วมกันบางประการ เช่น มีความคิดตรงกัน มีรสนิยม มีงานอดิเรกที่เหมือนกัน เรียนอยู่โรงเรียนเดียวกัน หรือมีฐานะทางเศรษฐกิจหรือสังคมใกล้เคียงกัน โดยเด็กมักจะเลียนแบบความประพฤติจากเพื่อนหากได้กลุ่มเพื่อนที่เรียบร้อย เด็กจะมีความประพฤติเรียบร้อย หากคบกลุ่มเพื่อนเกเร เด็กก็จะรับเอานิสัยที่ไม่ดีเอาไว้ (จำนงค์ อติวัฒน์สิทธิ์ และคณะ, 2549 : 48)

3. โรงเรียน/สถาบันการศึกษา ถือว่าเป็นสถาบันสำคัญที่รับแนวการอบรมขัดเกลา มาจากสถาบันครอบครัว การศึกษาเป็นความต้องการขั้นพื้นฐานอย่างหนึ่งที่มีมนุษย์ยอมรับว่ามีความสำคัญที่จะทำให้มนุษย์อยู่ในสังคมได้ โรงเรียน มหาวิทยาลัย และสถาบันการศึกษาอื่น ๆ เป็นศูนย์กลางของสถาบันการศึกษา บุคคลที่มีบทบาทต่อสถาบันการศึกษา ได้แก่ ครู อาจารย์ นักเรียน นักศึกษา และเจ้าหน้าที่ ข้าราชการต่าง ๆ เป็นบุคคลที่ช่วยอบรมสั่งสอน ถ่ายทอดปลูกฝังความเชื่อค่านิยม ทศนคติ เป็นการให้การศึกษามีแบบแผนทางด้านวิชาการ จริยธรรม ขนบธรรมเนียมประเพณีของสังคม สังคมในโรงเรียนถือเป็นสังคมภายนอกบ้านที่เป็นประสบการณ์ครั้งแรกของเด็ก (พรพิมล เจียมนาคินทร์, 2539) เป็นสถานที่ที่เด็กมีโอกาสได้พบเพื่อนรุ่นเดียวกัน ได้เรียนรู้สิ่งใหม่ๆ ทั้งที่เป็นวิชาความรู้ และเป็นประสบการณ์ชีวิต เด็กจะได้เรียนรู้การใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่น การทำงานเป็นหมู่คณะ ความรับผิดชอบงานต่างๆ ตามที่ได้รับมอบหมาย การช่วยเหลือเกื้อกูลกัน ความมีน้ำใจ เรียนรู้บทบาทการเป็นผู้ให้และผู้รับ รู้จักสิทธิและหน้าที่ของตนเองและผู้อื่น และยังสามารถเรียนรู้ความสัมพันธ์กับเพื่อนต่างเพศ โดยสิ่งต่างๆ ที่เด็กเรียนรู้ในโรงเรียนจะช่วยให้เด็กพัฒนาไปสู่การมีวุฒิภาวะทางสังคมเมื่อเป็นวัยรุ่น ซึ่งเป็นรากฐานของการใช้ชีวิตในสังคมเมื่อโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ ภายในโรงเรียน บุคคลที่มีความสำคัญต่อวัยรุ่นเป็นอย่างมาก คือ ครู หน้าที่ของครูโดยทั่วไปคือ การถ่ายทอดวิชาความรู้ให้แก่ลูกศิษย์ พร้อมทั้งสั่งสอนให้เป็นพลเมืองที่ดี มีความรับผิดชอบต่อสังคม ครูเป็นบุคคลที่จะสร้างให้เด็กมีวุฒิภาวะที่สมบูรณ์

ปยุตต์ ปยุตโต (2537) กล่าวว่า "...การพัฒนาเยาวชนที่ถูกทิศทางนั้นจะต้องเน้นที่กระบวนการให้การศึกษานี้ถูกต้องโดยเน้นจริยศึกษาควบคู่พุทธศึกษา (การปฏิบัติควบคู่คุณธรรม จริยธรรม) มิใช่เป็นการศึกษาที่เน้นทางด้านวัตถุโดยมองข้ามความสำคัญของศีลธรรม มิใช่การศึกษาที่สอนให้คนเรียนหนังสือเพื่อให้มีอาชีพแต่ไม่มีคุณธรรม การศึกษาที่ถูกต้องจะเป็นปัจจัยสำคัญในการพัฒนาบุคลิกภาพของเยาวชนให้เป็นที่พึงประสงค์ของสังคม โดยเฉพาะอย่างยิ่งในท่ามกลางกระแสการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจและสังคมทั้งของสังคมไทยและสังคมโลก "

4. สื่อสารมวลชน ได้แก่ โทรทัศน์ ภาพยนตร์ หนังสือพิมพ์ สิ่งตีพิมพ์ต่าง ๆ วิทยุ และอื่น ๆ สิ่งเหล่านี้จะเป็นสื่อทำให้บุคคลเกิดค่านิยมความเชื่อทัศนคติและได้เรียนรู้พฤติกรรมแบบอย่างต่าง ๆ แล้วนำไปประพฤติปฏิบัติในสังคม ดังจะพบเห็นได้ง่าย ๆ ในหมู่เด็กที่ชมภาพยนตร์แล้วนำเอาพฤติกรรมการแสดงของผู้แสดงมาปฏิบัติ สื่อสารมวลชนนับว่ามีอิทธิพลและมีบทบาทต่อการอบรมให้เรียนรู้ระเบียบแบบแผนของสังคมมากในสังคมปัจจุบัน

5. สถาบันทางศาสนา ศาสนาเป็นสิ่งสำคัญในสังคมที่เป็นสิ่งยึดเหนี่ยวจิตใจ เป็นสถาบันที่สร้างความเชื่อ ค่านิยมและทัศนคติได้อย่างมาก เป็นตัวการสำคัญที่หล่อหลอมบุคลิกภาพของบุคคล ในสมัยก่อนสถาบันศาสนาคือวัดที่มีอิทธิพลต่อการขัดเกลาทางสังคมแก่บุคคลมากเพราะวัดทำหน้าที่เป็นทั้งสถานศึกษา และสถานที่พบปะสังสรรค์ของสมาชิกในสังคม แต่ปัจจุบันผู้คนห่างวัดไปมากเพราะมีสถาบันอื่นเข้ามารับช่วงแทน นอกจากนี้คนไปวัด หรือโอกาสที่จะรับฟังคำสั่งสอนจากพระสงฆ์น้อยลง ทำให้บทบาทในการขัดเกลาทางสังคมของสถาบันศาสนาลดน้อยลงไป แต่ก็ไม่ได้หมดไปเสียทีเดียว เพราะศาสนาก็ยังเป็นสิ่งที่พึงทางใจของคนจำนวนมากไม่น้อย เนื่องจากสังคมไม่สามารถตอบสนองความต้องการของบุคคลได้ ทำให้บุคคลเมื่อเกิดความผิดหวัง มีความทุกข์ใจ ไม่สบายใจจึงหันหน้าเข้าหาวัด (จำนงค์ อติวัฒน์สิทธิ์ และคณะ, 2549 : 49)

#### ปัจจัยที่สัมพันธ์กับการขัดเกลาทางสังคม

การขัดเกลาทางสังคมจะประสบความสำเร็จ และมีประสิทธิภาพสูงสุด จะต้องมียุปัจจัยบางประการเข้ามาเกี่ยวข้อง โดยปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการขัดเกลาทางสังคมที่มีประสิทธิภาพมีดังนี้ (จำนงค์ อติวัฒน์สิทธิ์ และคณะ, 2549 : 49-51)

1. ปัจจัยทางชีววิทยา รวมไปถึงความแตกต่างทางเพศด้วย เนื่องจากมนุษย์มีสภาพร่างกายหรือลักษณะทางชีววิทยาที่แตกต่างกัน บางคนมีร่างกายเหมาะสมเป็นนักกีฬา ก็สามารถที่จะฝึกฝนตนเองให้เป็นนักกีฬาที่ดีได้

2. การปฏิสัมพันธ์ในครอบครัวคือกระบวนการกระทำของบุคคลหนึ่งหรือกลุ่มหนึ่ง ๆ เป็นเหตุให้เกิดการกระทำหรือการเปลี่ยนแปลงในอีกบุคคลหนึ่งหรืออีกกลุ่มหนึ่ง กล่าวคือเด็กจะได้รับอิทธิพลจากพ่อแม่ หรือผู้ปกครองที่ทำหน้าที่อบรมขัดเกลาบุตรหลานให้เป็นไปในแนวทางเดียวกับตน ซึ่งบางทีอาจไม่ต้องอบรมด้วยวาจา แต่อาจจะทำการอบรมโดยทางอ้อม คือโดยพฤติกรรม เด็ก ๆ มักจะเลียนแบบตามผู้ปกครองอยู่เสมอ



3. สถานภาพทางสังคม ตามปกติบุคคลที่อยู่ในสถานภาพทางสังคมสูงจะมีโอกาสในการเรียนรู้สิ่งต่างๆ ได้มากกว่าบุคคลที่อยู่ในสถานภาพทางสังคมที่ต่ำ โดยจะส่งผลให้บุคคลนั้นมีความสามารถและมีค่านิยมในทางสร้างสรรค์และเป็นตัวของตัวเองมากขึ้น เช่น ค่านิยมในการพึ่งตนเอง และการตัดสินใจสิ่งต่าง ๆ

4. ภาษา โดยการสอนให้เด็กได้มีการพัฒนาทางภาษาที่สูงขึ้นตามลำดับจะช่วยให้การขัดเกลาทางสังคมมีประสิทธิภาพสูงขึ้นตามไปด้วย นอกจากนี้การเรียนรู้ภาษาอื่นนอกเหนือไปจากภาษาเดิมของตนเองก็มีส่วนช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการปลูกฝังความสามารถในการเรียนรู้ของเด็กให้กว้างขวางยิ่งขึ้น

5. การได้รับการยอมรับในสังคม บุคคลจะสามารถปฏิบัติงานอย่างมีความสุขและมีประสิทธิภาพ ถ้าได้กระทำในสิ่งที่ตนเองต้องการ ซึ่งบุคคลอื่นก็รับรู้ด้วย การได้รับการยอมรับเป็นปัจจัยที่สำคัญมาก นั่นหมายถึงบุคคลอื่นยอมรับในบทบาทของเขา ก็จะทำให้ผู้มีบทบาทแสดงบทบาทออกมาอย่างมีประสิทธิภาพ

6. การขัดเกลาทางสังคมล่วงหน้า เป็นการให้ความสนใจเอาใจใส่ต่อบุคคลที่มีบทบาทที่ใกล้เคียงกับตนเองที่มีอยู่ก่อนหน้า ที่ทำให้บุคคลนั้นเกิดความคาดหวังและนำแบบอย่างในการประพฤติปฏิบัติเพื่อที่สามารถปฏิบัติตามบทบาทของตนเองได้อย่างถูกต้อง เช่นบุคคลอยากเป็นแพทย์ก็จะต้องมีความสนใจว่าเรียนแพทย์ต้องเรียนอะไรบ้าง ปฏิบัติตัวเองอย่างไร

7. การขัดเกลาทางสังคมภายหลัง เนื่องจากตลอดชีวิตของคนเราจะต้องมีบทบาทใหม่ ๆ เกิดขึ้นเสมอ อันเนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงของชีวิตและสังคม บางครั้งคนเราอาจจะได้รับบทบาทที่ต่างไปจากความตั้งใจที่ตั้งไว้แต่เดิม ดังนั้นจึงต้องมีการพยายามปรับปรุงตนเองเพื่อให้เข้ากับบทบาทใหม่ได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

#### รูปแบบของการขัดเกลาทางสังคม กับค่านิยมทางสังคม

ประเวศ วะสี (2530 : 40) กล่าวว่า การเลี้ยงดูและสิ่งแวดล้อมในวัยเด็กเล็กจะเป็นตัวกำหนดโครงสร้างทางสมองและพฤติกรรม ซึ่งจะมีลักษณะทางสร้างสรรค์หรือทำลาย เป็นคนที่มีความเยือกเย็น สุขุม หรือความเร่าร้อนไร้เหตุผล ขึ้นอยู่กับการเลี้ยงดูและสิ่งแวดล้อมในวัยเด็กเป็นสำคัญ หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งว่า บุคคลจะชั่วหรือดีอยู่ที่ว่าวัยเด็กเขาเป็นอย่างไร

งามพิศ สัตย์สงวน (2545 : 49) ได้อธิบายถึงรูปแบบของการขัดเกลาทางสังคมหรือการอบรมเลี้ยงดูว่ามี 3 รูปแบบ คือ 1. การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย 2. การอบรมเลี้ยงดูแบบอัตตาธิปไตย และ 3. การเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยหรือปล่อยตามใจ โดยการอบรมเลี้ยงดูแต่ละรูปแบบมีลักษณะดังนี้

1. แบบประชาธิปไตย (Democratic) คือบิดามารดาได้รับผิดชอบร่วมกันในการเลี้ยงดูบุตรและภาระอื่นของครอบครัว การตัดสินใจใด ๆ ในครอบครัวเกิดขึ้นจากการตกลงเห็นชอบของสมาชิกทุกคน บุตรมีโอกาสใช้ความสามารถได้อย่างเต็มที่ และรับผิดชอบในกิจกรรมต่าง ๆ ของครอบครัว มีโอกาสหัดริเริ่มและตัดสินใจจากเรื่องเล็กไปหาเรื่องใหญ่ และจะสร้างนิสัยต่อไป รู้จักคิดริเริ่ม กล้าแสดงความคิดเห็น มีความเชื่อมั่นในตนเอง พึ่งตนเองได้

2. แบบอัตตาธิปไตย (Authoritarian) คือบิดามารดามีอำนาจสิทธิ์ขาดในกิจการทุกประการในครอบครัว เป็นผู้ตั้งจุดมุ่งหมายและกฎเกณฑ์ทุกอย่าง บุตรเป็นเพียงผู้ปฏิบัติตามความสัมพันธ์ระหว่างบิดามารดาและบุตรในครอบครัวจะห่างเหินกัน บุตรจะรู้สึกขาดความอบอุ่นและมั่นคงปลอดภัย การปฏิบัติตามคำสั่งบิดามารดาเป็นประจำทำให้ขาดความริเริ่ม ขาดความมั่นใจในตนเอง ไม่กล้าแสดงความคิดเห็น

3. แบบปล่อยตามใจ (Laissez-faire) บิดามารดามักใช้อารมณ์กับบุตรมากกว่าเหตุผลบุตรจะขาดความรู้สึกรักและมักจะมองโลกในแง่ร้าย ไม่ไว้ใจผู้อื่น ไม่เชื่อความยุติธรรมและไม่มีโอกาสได้เรียนรู้ หรือรับการฝึกฝนให้มีคุณธรรมความดีต่าง ๆ ขาดความเป็นระเบียบวินัย ขาดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ไม่มีความขยันขันแข็งและไม่สามารถในการทำงานร่วมกับผู้อื่น

ประเทิน มหาจันทร์ (2532, อ้างในงามพิศ สัตย์สงวน, 2545 : 52) กล่าวว่า การอบรมเลี้ยงดูแบบทำโทษแม้จะเป็นการกระทำเพื่อยับยั้งพฤติกรรมที่ไม่ดีของเด็ก แต่ผลการทำโทษดังกล่าวจะทำให้เด็กรู้สึกตนไม่มีคุณค่า รู้สึกหมดหวังที่จะทำความดี การทำโทษยิ่งใช้มากจะทำให้เด็กขาดคุณธรรมมากขึ้น การตีทำให้เด็กมีความเคยชินกับการเจ็บกาย ทำให้เด็กเป็นคนก้าวร้าว ส่วนการด่าเป็นการก้าวร้าวทางวาจา นอกจากเด็กเรียนรู้ภาษาที่ไม่ดีแล้ว เด็กยังสามารถจดจำพฤติกรรมต่าง ๆ ไปอีกด้วย เด็กที่ถูกทำโทษทางกายหรือทางวาจาจะมีพฤติกรรมก้าวร้าวอันนำไปสู่พฤติกรรมผิดกฎหมาย จากการศึกษาของอาชญากรเป็นจำนวนมาก ส่วนใหญ่ปรากฏว่าได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบทำโทษจนเด็กเคยชิน เด็กจะมีพฤติกรรมก้าวร้าว ต่อต้าน แสดงความมุ่งร้ายต่อผู้อื่น ทั้งอารมณ์รุนแรง ชอบทำลาย นิยมการตัดสินใจปัญหาด้วยการใช้กำลัง

กล่าวโดยสรุปการขัดเถลาทางสังคมคือสิ่งที่ชี้ให้เห็นว่าบุคคลเป็นผลผลิตจากการปฏิสัมพันธ์กับบุคคลรอบข้างและสังคมทำให้บุคคลมีโลกทัศน์ วิธีคิด มุมมองต่อการกระทำหรือการแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ผู้วิจัยนำแนวคิดการขัดเถลาทางสังคมมาเป็นกรอบในการมองและอธิบายปรากฏการณ์เพื่อที่จะดูว่าการขัดเถลาทางสังคมในรูปแบบใดบ้างที่มีส่วนในการขัดเถลา วิธีคิด ลักษณะนิสัย การใช้ชีวิตแบบพอเพียงของนักศึกษา

#### 4. แนวคิดโลกาภิวัตน์

แนวคิดเรื่องโลกาภิวัตน์ถูกนำเสนอโดยกล่าวอ้างว่าเราทุกคนอาศัยอยู่ในโลกใบเดียวกัน (one world) ดังนั้นความเป็นบุคคล หรือ กลุ่ม และความเป็นชาติกลายเป็นสิ่งที่ต้องพึ่งพากันมากขึ้น มิติของโลกาภิวัตน์ที่เรารู้จักยังเกี่ยวข้องกับระบบเศรษฐกิจ การค้าการลงทุนของบรรษัทข้ามชาติ แต่อย่างไรก็ตาม แม้ว่าระบบเศรษฐกิจยังคงมีความสำคัญต่อการสร้างกระบวนการโลกาภิวัตน์ แต่ก็ยังมีอีกหลายปัจจัยไม่ว่าจะเป็นปัจจัยทางการเมือง สังคม และวัฒนธรรม ซึ่งช่วยกันขับเคลื่อนโลกาภิวัตน์ โดยการพัฒนาข้อมูลข่าวสาร และเทคโนโลยีการสื่อสารทั้งเข้มข้นและรวดเร็ว ข้ามขอบเขตพรมแดนของประเทศต่าง ๆ เพื่อเชื่อมผู้คนในโลกเข้าไว้ด้วยกัน

##### ความหมายของโลกาภิวัตน์

โลกาภิวัตน์ ( Globalization ) คือ การแพร่ถึงกันทั่วโลกของข้อมูลข่าวสารหรือโลกไร้พรมแดน ประชาคมโลกในยุคโลกาภิวัตน์ไม่ว่าจะอยู่ส่วนใดของโลกก็สามารถรับรู้หรือรับผลกระทบจากสิ่งที่เกิดขึ้นในอีกส่วนหนึ่งของโลกอย่างรวดเร็วกว้างขวางอันเนื่องมาจากการพัฒนาระบบสารสนเทศ

ราชบัณฑิตยสถาน (2546 : 1044) ให้นิยามโลกาภิวัตน์หมายถึง การแพร่กระจายไปทั่วโลก ; การที่ประชาคมโลกไม่ว่าจะอยู่ ณ จุดใดสามารถรับรู้ สัมพันธ์ หรือรับผลกระทบจากสิ่งที่เกิดขึ้นได้อย่างรวดเร็วกว้างขวาง ซึ่งเนื่องมาจากการพัฒนาระบบสารสนเทศ

กระบวนการโลกาภิวัตน์นำพาให้ชีวิตในสังคมสมัยใหม่มีรูปแบบ อันเป็นแบบสากลต่างๆ เช่น รัฐประชาชาติสมัยใหม่ ระบบเลือกตั้งผู้แทน กระบวนการเลือกตั้งผู้แทน กระบวนการผลิตแบบโรงงาน สมัยนิยมในการบริโภค ฯลฯ นั้น กระแสโลกาภิวัตน์นี้กลับเป็นตัวกระตุ้นกระแสเฉพาะท้องถิ่นและเฉพาะตัวขึ้นด้วย เช่น การฟื้นคืนใหม่ของภูมิภาคนิยม กระแสโลกาภิวัตน์กระตุ้น การหันไปหาวัฒนธรรมที่แท้หรือกระแสวัฒนธรรมนิยม และชาติพันธุ์นิยม (สุริชัย หวันแก้ว. 2543 : 18-19)

##### กระบวนการของโลกาภิวัตน์

กระแสโลกาภิวัตน์จึงเป็นกระแสที่กระทบมิติต่าง ๆ ของชีวิตทางสังคมของมนุษย์ในทุก ๆ ด้าน ทั้งในด้านเศรษฐกิจ การเมือง สังคม วัฒนธรรม ชีวิตความเป็นอยู่ของผู้คนในสังคม โดยกระแสโลกาภิวัตน์มีลักษณะเป็นพลวัต ที่ประกอบขึ้นจากแนวโน้มหรือกระแสที่ขัดแย้งกัน 5 คู่ ดังนี้ (สุริชัย หวันแก้ว, 2544 : 23-26)

1. กระบวนการเป็นสากลกับกระบวนการเฉพาะถิ่นเฉพาะตัว โดยกระบวนการของโลกาภิวัตน์นำพาให้ชีวิตคนในสังคมมีรูปแบบที่เป็นสากล เช่น การเลือกตั้ง การผลิตแบบโรงงาน สังคมบริโภค และกระแสโลกาภิวัตน์นี้ก็เป็นตัวกระตุ้นให้เกิดกระแสท้องถิ่น หรือฟื้นฟูภูมิปัญญาท้องถิ่น กระตุ้นให้หันกลับไปหากระแสวัฒนธรรมนิยมและชาติพันธุ์นิยม

2. การเป็นเนื้อเดียวกันกับความจำแนกความแตกต่าง โดยกระบวนการโลกาภิวัตน์ได้ก่อให้เกิดความเหมือนกันในรูปแบบภายนอกของชีวิตทางสังคม เช่น วิถีชีวิตในเมือง ฟาสต์ฟู้ด ลิทธิมนุชยชน ในขณะที่เดียวกันก็เกิดความแตกต่างไปด้วย เช่น สำเนียงใหม่ในเอกลักษณ์ชาติพันธุ์ของตน ดังกรณีชาวเขาในไทย คนไทยในสหรัฐอเมริกา ชาวมุสลิมข้ามประเทศ

3. การบูรณาการกับการแตกแยก โดยกระบวนการโลกาภิวัตน์ก่อให้เกิดการรวมหน่วยในรูปแบบใหม่ ๆ ของบุคคล องค์กรในระดับภูมิภาค ระดับโลก การรวมกลุ่มมีการข้ามพรมแดนของรูฐชาติ เช่น บริษัทข้ามชาติ องค์กรพัฒนาเอกชน ขณะเดียวกันก็ก่อให้เกิดความแตกแยกของสำเนียงในชาติของตนเอง

4. การรวมศูนย์อำนาจกับการกระจายศูนย์อำนาจ โดยโลกาภิวัตน์เอื้อต่อการรวมศูนย์อำนาจขึ้นในหลาย ๆ ด้าน โดยเฉพาะด้านอำนาจ ความรู้ ข้อมูลข่าวสาร ในขณะที่เดียวกันก็เปิดโอกาสให้มีการกระจายของศูนย์อำนาจมากขึ้น เช่น ชาติต่าง ๆ และปัจเจกบุคคลมีความคิดเป็นของตัวเอง ตัดสินใจในอนาคตของตนเอง

5. การละมาเรียงกันกับการผสมกัน โดยโลกาภิวัตน์ทำให้วัฒนธรรมทางวัตถุ อารยธรรมต่าง ๆ วิถีชีวิตการปฏิบัติในสังคมที่มีความแตกต่างกันสามารถมาปรากฏร่วมกันได้ ทำให้เกิดมีเนื้อที่ร่วมกันทางสังคมและวัฒนธรรมระหว่างกลุ่ม

Appadurai (1990 อ้างในสุริยา สมุทคุปดี และพัฒนา กิติอาษา, 2542 : 5-6) นำเสนอว่ากระแสโลกาภิวัตน์ได้พัดพาให้ผู้คนต่างชาติพันธุ์ ต่างอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรม และสถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคม เทคโนโลยีรูปแบบต่าง ๆ ข่าวสาร ข้อมูล แนวคิดและอุดมการณ์ข้ามพรมแดนรูฐชาติด้วยอัตราความเร็ว ปริมาณ และทิศทางที่อำนาจรัฐไม่อาจควบคุมได้อีกต่อไป โลกาภิวัตน์ได้ก่อให้เกิดวัฒนธรรมมวลชนระดับโลก การค้นหา ต่อสู้ และการใช้ความรุนแรงรูปแบบต่าง ๆ เพื่อค้นหาอัตลักษณ์ทางชาติพันธุ์ และวัฒนธรรมท้องถิ่น ในขณะที่เดียวกัน โลกาภิวัตน์ก็เป็นกระแสที่ทำให้ประชากรทั้งโลกที่ต่างชาติพันธุ์ ภาษา ศาสนา และวัฒนธรรมได้มีโอกาสติดต่อเชื่อมโยงถึงกันและกันมากขึ้น

ธีรยุทธ บุญมี (2536 : 10) อธิบายว่าสิ่งที่เปลี่ยนโฉมหน้าโลกทั้งโลกอย่างใหญ่หลวงที่สุดคือกระบวนการที่เรียกว่าโลกาภิวัตน์ ซึ่งทุกประเทศจะได้รับผลกระทบดังนี้

1. ปฏิบัติการข่าวสาร เชื่อมโยงทั้งโลกด้วยข่าวสารเดียวกัน ทำให้พรมแดนการเมืองของชาติ พรมแดนทางวัฒนธรรมลดความสำคัญลง ประชากรเมือง ความคิดเรื่องมนุษยธรรม สิทธิเสรีภาพ การอนุรักษ์ สภาพแวดล้อมเป็นไปในทิศทางเดียวกันมากขึ้น มีการก่อตัวของวัฒนธรรมร่วมที่เป็นสากล เช่น วัฒนธรรมวัตถุนิยมขณะเดียวกันก็มีปฏิกิริยาของวัฒนธรรมท้องถิ่นที่จะสร้างความเป็นเอกลักษณ์ของตัวเองขึ้นมา

2. การเชื่อมโยงด้วยข่าวสารและโทรคมนาคมทำให้เศรษฐกิจของทุกซอกทุกมุมของโลกเชื่อมโยงเป็นระบบเดียวมีการปรับโครงสร้างของกิจกรรมเศรษฐกิจต่าง ๆ ทุกด้านตั้งแต่การลงทุน การผลิต การกระจายสินค้า การบริการ ฯลฯ ให้มีลักษณะเชื่อมโยงเป็นเครือข่ายทั่วโลก

3. เทคโนโลยีด้านคอมพิวเตอร์และอิเล็กทรอนิกส์ เปิดทางให้มีการพัฒนาผลิตภัณฑ์ใหม่ ๆ จนเกือบไร้ขีดจำกัด การปะทะสังสรรค์ของวัฒนธรรมต่าง ๆ ทั่วโลกก็สร้างให้มีความต้องการสินค้าใหม่ ๆ อย่างไร้ขีดจำกัดเช่นกัน

Robert Holton (2000 : 140-152) ศึกษาเรื่องผลกระทบทางสังคมวัฒนธรรมจากกระแสโลกาภิวัตน์โดยจำแนกพิจารณาได้ 3 ทฤษฎี คือ

1. ทฤษฎีการกลายเป็นเนื้อเดียวกัน โลกาภิวัตน์ทำให้เกิดความเหมือนกันและความคล้ายคลึงกันทางด้านวัฒนธรรมจนกล่าวได้ว่าสังคมต่าง ๆ จะมีการโคจรบรรจบกันทางวัฒนธรรม

2. ทฤษฎีการแยกขั้ว ซึ่งชี้ว่าต่อไปจะเกิดความขัดแย้งและสงครามวัฒนธรรม เช่น ระหว่างตะวันตกกับฝ่ายปฏิปักษ์ หรืออาจเรียกว่าแนวคิดการปะทะทางอารยธรรม

3. ทฤษฎีการผสมผสาน โดยปฏิบัติทางวัฒนธรรมที่เป็นรูปธรรมนั้นมักเป็นผลมาจากการแลกเปลี่ยนและหยิบยืมองค์ประกอบทางวัฒนธรรมที่มาจากวัฒนธรรมต่าง ๆ ทั้งหลาย กระแสของการพัฒนาวัฒนธรรม ข่าวสาร ผู้คน ฯลฯ ซ้ำมแดน ปราบฏการณณ์แนวนี้จะมีมากขึ้น

### สังคมไทยกับโลกาภิวัตน์

โลกาภิวัตน์ทำให้เรามีทางเลือกต่อการดำเนินชีวิตหลายรูปแบบ และผลักดันให้เราตอบสนองหนทางชีวิต การดำเนินกิจกรรมในลักษณะการปรับตัวต่อสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป โดยโลกาภิวัตน์ทำให้เกิดประโยชน์ และโทษแก่สังคมไทย ดังต่อไปนี้

#### 1. ประโยชน์ที่ได้รับจากโลกาภิวัตน์

1) สังคมไทยมีเครื่องมือเครื่องใช้ที่ทันสมัยเหมาะกับการดำรงชีวิตแบบสมัยใหม่ เกิดความสะดวกสบาย และสามารถติดต่อสื่อสาร กันได้รวดเร็วขึ้น

2) ด้านการศึกษานำไปสู่การศึกษาตลอดชีวิต เพราะความเจริญและความรู้ใหม่ ๆ ที่มีมากขึ้นทำให้ต้องอ่าน ศึกษาหาความรู้ ตลอดเวลา เพื่อทราบข่าวสารใหม่ ทฤษฎีใหม่ ซึ่งสามารถค้นคว้าด้วยการสื่อสารเทคโนโลยีใหม่ๆ ทำให้รับรู้เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว

3) ด้านเศรษฐกิจเศรษฐกิจไทยมีการพัฒนาอย่างรวดเร็ว ทัดเทียมประเทศที่เจริญแล้ว สามารถซื้อขายผ่านออนไลน์ คอมพิวเตอร์ ทำให้ประหยัดพลังงาน ค่าใช้จ่าย เวลา และสามารถจ่ายด้วยบัตรเครดิต การโอนเงินทั้งในประเทศ และต่างประเทศ ทำได้รวดเร็ว

4) นักลงทุน นักธุรกิจ ผู้ประกอบการสามารถรับข้อมูลมาประมวลการตัดสินใจในการลงทุน และเข้าสู่ตลาดการลงทุน

## 2. ผลเสียที่สังคมไทยได้รับจากโลกาภิวัตน์

1) รูปแบบครอบครัวเปลี่ยนจากครอบครัวขยายเป็นครอบครัวเดี่ยวมากยิ่งขึ้น สมาชิกในครอบครัวห่างเหินกันมากขึ้นนำไปสู่การหย่าร้าง ไม่มีเวลาดูแลบุตร บุตรเกิดความว่าเหว่ ขาดความอบอุ่น จนนำไปสู่การติดสิ่งเสพติด การมีพฤติกรรมเบี่ยงเบน

2) ค่านิยมของคนเปลี่ยนไปให้ความสำคัญกับเงิน และวัตถุนิยม บริโภคนิยม เกิดการเอาใจเปรียบและความโลภ ไม่ให้ความสนใจ และความสำคัญทางด้านจิตใจ

3) เกิดปัญหาสังคมไทย เพราะคนมั่งคั่ง กับคนจนมีรายได้ต่างกันมาก คนจนมีหนี้สินจนไม่สามารถหาเงินมาจ่ายคืน นำไปสู่ปัญหาต่าง ๆ เช่นปัญหาอาชญากรรมและอาชญากรรม ปัญหาเพศพาณิชย์ ตกงาน ปัญหาสิ่งแวดล้อมเป็นพิษ ฯลฯ

## ผลกระทบของโลกาภิวัตน์ที่มีต่อเยาวชนไทย

ในประเทศไทยมีการศึกษาหลายชั้นที่แสดงให้เห็นถึงผลกระทบของกระบวนการโลกาภิวัตน์ที่กระทบต่อค่านิยมของเยาวชนทั้งในเรื่องค่านิยมเกี่ยวกับการทำงานและการดำเนินชีวิต เห็นได้จากงานวิจัยของอนันต์ชัย คงจันทร์ (2545) ศึกษาค่านิยมและทัศนคติของคนรุ่นใหม่ที่มีต่อการดำรงชีวิตและมุมมองในเรื่องครอบครัว ศึกษาจากกลุ่มพนักงานและผู้บริหารที่อายุไม่เกิน 35 ปีที่จบการศึกษาระดับปริญญาตรีหรือสูงกว่าซึ่งทำงานในกรุงเทพมหานครและปริมณฑลในภาคอุตสาหกรรมและธุรกิจบริการจำนวน 888 คน พบว่า คนรุ่นใหม่มีทัศนคติต่อการทำงานทางบวก แต่มีทัศนคติต่อค่าตอบแทนและโอกาสในความก้าวหน้าในเชิงลบ ในด้านค่านิยมกลุ่มตัวอย่างให้ความสำคัญกับความสำเร็จในชีวิต ความมั่นคงของครอบครัว ความสุข มิตรภาพ และชีวิตที่สุขสบาย โดยเฉพาะชีวิตการแต่งงาน ด้านความคิดเห็นเกี่ยวกับครอบครัว คนรุ่นใหม่ยอมรับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนการแต่งงาน บทบาทความเท่าเทียมกันในการรับภาระของครอบครัว และเห็นว่าการหย่าร้างเป็นเรื่องปกติและเป็นทางออกที่ดีกว่า น่าสนใจในงานวิจัยชิ้นนี้คือ ค่านิยม

ที่คนรุ่นใหม่ให้ความสำคัญน้อยที่สุด คือ เรื่องการเสียสละ และศาสนา งานวิจัยของพจนีย์ พจนะลาวัฒน์ (2544) ศึกษาเรื่อง เนื้อหาและการสะท้อนค่านิยมในนิตยสารวัยรุ่นกับฉันทน์ เดอะบอย ฮาร์ท ผลการศึกษาชี้ให้เห็นว่าสื่อสิ่งพิมพ์ในสังคมไทยได้ชักนำค่านิยมที่ไม่เหมาะสมจากต่างประเทศเข้าสู่สังคมไทย เช่น ความฟุ้งเฟ้อและความรุนแรง โดยพบว่านิตยสารทั้ง 3 ฉบับแสดงถึงค่านิยมที่ไม่พึงปฏิบัติมากกว่าพึงปฏิบัติ โดยค่านิยมที่ไม่พึงปฏิบัติได้แก่ ค่านิยมการบริโภคสินค้าต่างประเทศ รองลงมาคือค่านิยมความฟุ่มเฟือย ส่วนค่านิยมที่พึงปฏิบัติ ได้แก่ ค่านิยมการพึ่งตนเอง ขยันหมั่นเพียร และมีความรับผิดชอบ รองลงมา คือ ค่านิยมการประหยัด ในงานวิจัยของรณณ ชมปรีดา (2548) เรื่องโลกของคนเลี้ยงหมา แบบไฮโซ: วัฏจักรของการบริโภคยุคโลกาภิวัตน์ ได้ชี้ให้เห็นว่าสื่อโฆษณาซึ่งได้รับการสนับสนุนจากธุรกิจอาหารสุนัข ได้สร้างค่านิยมในการเลี้ยงดูสุนัขของผู้ที่มีรายได้สูง โดยเลี้ยงดูสุนัขในฐานะที่แตกต่างไปจากประเพณีดั้งเดิม คือ เปลี่ยนจากเลี้ยงสุนัขเป็นสัตว์เลี้ยงเฝ้าบ้านมาเป็นเพื่อน ญาติ หรือลูก แม้งานวิจัยนี้มีกลุ่มประชากรที่มีอายุหลากหลาย แต่ก็ชี้ให้เห็นกระแสของธุรกิจและโฆษณาที่สนับสนุนค่านิยมการบริโภคและการดำเนินชีวิตแบบตะวันตก ที่กระทบต่อวิถีชีวิตของคนในสังคมไทยซึ่งรวมทั้งวัยรุ่นด้วย

จากงานวิจัยดังกล่าวสะท้อนให้เห็นการเปลี่ยนแปลงในค่านิยมและวัฒนธรรมของคนรุ่นใหม่ ที่มุ่งเน้นในเรื่องความฟุ้งเฟ้อ ความสุขสบายทางวัตถุ โดยผู้นำทางวัฒนธรรม คือ กลุ่มผู้ประกอบการ ที่มีวัตถุประสงค์ทางธุรกิจ มีการนำเสนอค่านิยมการบริโภคแบบตะวันตกมากกว่าการให้คุณค่าที่สืบทอดจากพื้นฐานสังคมของไทยเพื่อกระตุ้นการบริโภค โดยใช้สื่อในรูปแบบต่างๆ เป็นเครื่องมือในการสร้างค่านิยม โดยสรุป กระแสโลกาภิวัตน์เข้าสู่สังคมไทยโดยมีแรงผลักดันทางเศรษฐกิจ และอาศัยแนวคิดและอำนาจทางการเมือง ตลอดจนระบบค่านิยมและวัฒนธรรมเป็นปัจจัยสนับสนุน และขณะเดียวกันทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลง

แนวคิดโลกาภิวัตน์เป็นปรากฏการณ์ทางสังคมที่มีผลกระทบต่อการดำรงชีวิตประจำวันของบุคคล โดยผู้วิจัยนำแนวคิดนี้มาเป็นกรอบในการอธิบายเพื่อที่จะดูว่าอิทธิพลของกระบวนการโลกาภิวัตน์ก่อให้เกิดผลกระทบต่อการดำรงชีวิตประจำวันของนักศึกษาในลักษณะใดบ้าง พฤติกรรมการใช้ชีวิตแบบพอเพียงของนักศึกษาภายใต้กระแสโลกาภิวัตน์เป็นอย่างไร

### ทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาชีวิตที่พอเพียงในมุมมองของนักศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้รวบรวมงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในวงวิชาการต่าง ๆ เพื่อเป็นพื้นฐานในการประมวลความคิด การตั้งประเด็น การตั้งคำถามงานวิจัย อันจะเป็นข้อมูลสำหรับนำมาประยุกต์ใช้สำหรับการวิจัย โดยแบ่งงานวิจัยที่เกี่ยวข้องออกเป็น 2 ประเด็น ดังนี้

1. งานวิจัยเกี่ยวกับการยึดหลักเศรษฐกิจพอเพียงในการดำเนินชีวิต
2. งานวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมการดำเนินชีวิตโดยยึดหลักเศรษฐกิจพอเพียง

#### 1. งานวิจัยเกี่ยวกับการยึดหลักเศรษฐกิจพอเพียงในการดำเนินชีวิต

เป็นการศึกษาเกี่ยวกับการยึดหลักเศรษฐกิจพอเพียงในการดำเนินชีวิตของประชาชนกลุ่มต่าง ๆ โดยผลการศึกษาพบว่า การยึดหลักเศรษฐกิจพอเพียงในการดำเนินชีวิตของประชาชน ทำให้คุณภาพชีวิตดีขึ้น ดังการศึกษาต่อไปนี้

พระมหาสิทธิพงษ์ สิทธิเมธี (2543) ศึกษาเรื่องการประเมินผลทางเศรษฐกิจและสังคมในการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงของเกษตรกรตำบลเขาหินพัฒนา อำเภอเฉลิมพระเกียรติ จังหวัดสระบุรี ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงปริมาณ ศึกษากลุ่มเกษตรกรที่เข้าร่วมโครงการฯ ในหมู่บ้านมงคลชัยพัฒนา จำนวน 28 ครัวเรือน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามและสัมภาษณ์เป็นหลัก ผลการศึกษาพบว่าเมื่อเกษตรกรเข้าร่วมโครงการฯ แล้วได้มีการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงการใช้ที่ดินของตนเองในการปลูกพืชและผักต่าง ๆ มีการทำเกษตรผสมผสานเพิ่มขึ้นอย่างหลากหลาย เกษตรกรมีความรู้ในการปฏิบัติตนเองตามแนวทางของเศรษฐกิจพอเพียง คิดเป็นร้อยละ 67.86 พอรู้แต่ยังไม่เข้าใจคิดเป็นร้อยละ 32.14 ส่วนในด้านลักษณะทางเศรษฐกิจในการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงพบว่าหลังเข้าโครงการฯ เกษตรกรมีค่าใช้จ่ายในด้านอาหาร การรักษาพยาบาล ลดลง ส่วนค่าใช้จ่ายด้านที่อยู่อาศัยเท่าเดิม การได้มาของรายได้จะมาจากการขายพืชผลการเกษตร การเกษตรผสมผสาน การเลี้ยงสัตว์

จริยา สุพรรณ (2548) ศึกษาการยอมรับเศรษฐกิจพอเพียงในการดำเนินชีวิตของเกษตรกรในชุมชนบ้านหลุมมะขาม ตำบลหนองไม้แก่น อำเภอแปลงยาว จังหวัดฉะเชิงเทรา การศึกษาพบว่าชุมชนบ้านหลุมมะขามเกิดจากการรวมตัวของเกษตรกรที่อพยพมาจากภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และจากอำเภอพนัสนิคม จังหวัดชลบุรี โดยระยะแรกรับจ้างเป็นแรงงาน ซึ่งการดำรงชีวิตในช่วงนั้นเป็นเศรษฐกิจแบบดั้งเดิม คือผลิตเพื่อการบริโภคภายในครัวเรือน และมีการพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกันในชุมชน ต่อมามีการปรับเปลี่ยนการดำเนินชีวิตตามกระแส



ทุนนิยมที่เข้ามาในชุมชนรวมทั้งได้มีการปรับเปลี่ยนรูปแบบการเพาะปลูกพืชเชิงเดี่ยว ส่งผลให้เกษตรกรเกิดปัญหาภาวะหนี้สินในระดับสูง มีการจัดการทรัพยากรที่ไม่พึงพาซึ่งกันและกัน เกษตรกรส่วนหนึ่งจึงได้ปรับเปลี่ยนรูปแบบการดำเนินชีวิตและรูปแบบการผลิตเป็นไปตามแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง โดยจุดเริ่มต้นได้แบบอย่างจากการศึกษาดูงานจากเกษตรกรที่ประสบความสำเร็จในการประกอบอาชีพตามแนวคิดดังกล่าว ซึ่งในปัจจุบันกลุ่มตัวอย่างในชุมชนบ้านหลุมมะขามที่ได้ดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง มีรายได้และมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

นพพร เมธอนันต์กุล (2549) ศึกษาเรื่องการนำแนวปฏิบัติตามปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงไปใช้ในการดำเนินชีวิต : กรณีศึกษากษัตริกรลูกค้า ธ.ก.ส. อำเภอวิเชียรบุรี จังหวัดเพชรบูรณ์ ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นผู้ชาย อายุ 51 ปีขึ้นไป จบการศึกษาระดับประถมศึกษา มีรายได้น้อยกว่ารายจ่าย และมีหนี้สิน เคยได้รับข้อมูลข่าวสารที่เกี่ยวกับปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงจากโทรทัศน์เป็นส่วนใหญ่ โดยกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่จะมีการนำแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงไปใช้ในการดำเนินชีวิตในระดับน้อย เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่าด้านที่มีการนำแนวปฏิบัติตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงไปใช้ในการดำเนินชีวิตในระดับมากคือ การนำมาใช้ประโยชน์ของชุมชน ส่วนด้านที่มีการนำแนวปฏิบัติตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงไปใช้ในการดำเนินชีวิตในระดับน้อยคือการรับรู้ในเนื้อหาสาระ ความเข้าใจในเนื้อหา และการนำมาใช้ประโยชน์ของตนเอง โดยปัจจัยที่มีผลต่อการนำแนวปฏิบัติตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงไปใช้ในการดำเนินชีวิตของเกษตรกรลูกค้า ธ.ก.ส. ได้แก่ พื้นที่พักอาศัย อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพทางเศรษฐกิจ การออมเงิน และการได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง และปัจจัยที่ไม่มีผลต่อการนำแนวปฏิบัติตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงไปใช้ในการดำเนินชีวิตของเกษตรกรลูกค้า ธ.ก.ส. ได้แก่ เพศ สถานภาพสมรส และหนี้สิน

มัทนี วิเศษสุข (2550) ศึกษาเรื่องพฤติกรรมบริโภคตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของพุทธศาสนิกชนในเขตกรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่าพฤติกรรมการบริโภคของพุทธศาสนิกชนมีความพอเพียง ใช้จ่ายให้เกิดประโยชน์สูงสุด จัดสรรรายได้จากครอบครัวหรือการทำงานตามหลักเหตุผล มีการเปรียบเทียบราคาสินค้ากับแหล่งที่ใช้จ่ายเพื่อการดำเนินชีวิต การศึกษา ครอบครัว ส่วนรวม มีภูมิคุ้มกันจากการแบ่งใช้แบ่งออม มีการวางแผนการใช้จ่ายในอนาคต และคิดวิธีใหม่ในการจัดสรรค่าใช้จ่าย เพิ่มการออมโดยการใส่แต่สิ่งที่จำเป็น หารายได้เพิ่ม นำเงินออมไปลงทุน มีความรอบคอบระมัดระวังในการดำเนินชีวิต ปฏิบัติต่อเนื่องในชีวิตประจำวัน จนเกิดคุณธรรมประจำตนกลายเป็นภูมิคุ้มกันชีวิต ส่วนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมบริโภคตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเกิดจากการปฏิบัติในวิถีชีวิต เพราะการปลูกฝังจาก

ครอบครัวหรือประสบการณ์ชีวิตทำให้สภาพชีวิตดีขึ้นเป็นแรงบันดาลใจให้ทำอย่างต่อเนื่องจนกลายเป็นนิสัยความพอใจเพียง โดยมีขั้นตอนของการปรับเปลี่ยนการดำเนินชีวิตตามหลักสัจธรรม 3 คือ 1) ปริยัติสัจธรรมเป็นปัจจัยภายนอก มีการปลุกฝังอย่างต่อเนื่องจากครอบครัว วัด โรงเรียน กับประสบการณ์ในวิถีชีวิต ทำให้เกิดจิตสำนึกอันเป็นปัจจัยภายในจนนำไปสู่ 2) ปฏิบัติสัจธรรม เป็นการปฏิบัติในวิถีชีวิตประจำวันจนเกิด 3) ปฏิเวธสัจธรรม หรือผลจากการปฏิบัติเกิดประโยชน์ต่อตน ครอบครัว ทำให้เกิดการกระทำอย่างต่อเนื่องจนเป็นนิสัยหรือคุณธรรมประจำตน มีการปฏิบัติในวิถีชีวิตจนเกิดคุณธรรมประจำตนเป็นภูมิคุ้มกันชีวิตและครอบครัว ฟังตนเองได้ แบ่งปันสู่คนอื่น บำเพ็ญประโยชน์ต่อสังคม ทำเพื่อส่วนรวม

ธนภัทร์ สุทธิ. (2550) ศึกษาการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุเทศบาลตำบลด่านซ้าย อำเภอด่านซ้าย จังหวัดเลย ผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุมีการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงโดยรวมในระดับปานกลาง และผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรส ระดับการศึกษา อาชีพหลักเดิม การประกอบอาชีพในปัจจุบัน และฐานะทางเศรษฐกิจแตกต่างกัน มีการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงแตกต่างกัน ส่วนผู้สูงอายุเพศชาย และเพศหญิงมีการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงไม่แตกต่างกัน ในการศึกษาความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ พบว่าผู้สูงอายุมีความพึงพอใจในชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับมาก และผู้สูงอายุที่มีเพศ ระดับการศึกษา อาชีพหลักเดิม และฐานะทางเศรษฐกิจแตกต่างกัน มีความพึงพอใจในชีวิตแตกต่างกัน ส่วนผู้สูงอายุที่มีสถานภาพการสมรส การประกอบอาชีพในปัจจุบันแตกต่างกัน มีความพึงพอใจในชีวิตไม่แตกต่างกัน และพบว่าการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตทั้งหมดทดสอบนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

งานวิจัยทั้งหมดทำให้ทราบว่าคนที่บุคคลมีการยึดหลักเศรษฐกิจพอเพียงในการดำเนินชีวิตส่งผลให้คุณภาพชีวิต ความเป็นอยู่ดีขึ้น อันเนื่องมาจากการรู้จักเก็บออม วางแผนการใช้จ่ายเงิน ทำให้การดำเนินชีวิตไม่มีความเสี่ยง เป็นการสร้างภูมิคุ้มกันในชีวิต โดยงานทั้งหมดนี้ นับว่ามีประโยชน์ต่อการนำมาศึกษาต่อในรายละเอียด และตั้งเป็นประเด็นคำถามในการศึกษาชีวิตที่พอเพียงในมุมมองของนักศึกษาต่อไป

2. งานวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมการดำเนินชีวิตโดยยึดหลักเศรษฐกิจพอเพียง เป็นการศึกษาเกี่ยวกับการหารูปแบบ/แนวทางในการส่งเสริม สนับสนุนให้ประชาชน นำหลักเศรษฐกิจพอเพียงไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต เพื่อการมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ดัง การศึกษาต่อไปนี้

สหทัยา พลปัตพี (2548) ศึกษาการนำเสนอแนวทางการพัฒนาคนให้มีคุณลักษณะ ตามปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง การศึกษาพบว่าคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของคนตามปรัชญา ของเศรษฐกิจพอเพียงแบ่งออกเป็น 3 ประการคือ 1) พอประมาณ ได้แก่พอประมาณกับศักยภาพ ของตน พอประมาณกับสภาพแวดล้อม ไม่โลภเกินไปจนเบียดเบียนผู้อื่น 2) มีเหตุผลได้แก่ความ ไม่ประมาท รู้ถึงสาเหตุ พิจารณาค้นหาปัจจัยที่เกี่ยวข้อง และคำนึงถึงผลกระทบที่จะเกิดขึ้นจาก การกระทำ 3) มีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี ได้แก่พึ่งตนเองได้ทางเศรษฐกิจ พึ่งตนเองได้ทางสังคม คำนึงถึงผลในระยะยาวมากกว่าระยะสั้น รู้เท่าทันและพร้อมต่อการเปลี่ยนแปลง ซึ่งคุณลักษณะ ทั้งสามประการนี้เกิดขึ้นได้จากการพัฒนาความรู้และคุณธรรม ซึ่งเป็นเงื่อนไขหลักของการพัฒนา คน ส่วนกิจกรรมทางเศรษฐกิจในชุมชนที่ดำเนินการตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงสามารถแบ่ง ได้ 4 ด้านคือกิจกรรมเพื่อสร้างความพอเพียงด้านเศรษฐกิจ กิจกรรมเพื่อสร้างความพอเพียงด้าน สังคม กิจกรรมเพื่อสร้างความพอเพียงด้านสิ่งแวดล้อม และกิจกรรมเพื่อสร้างความพอเพียงด้าน จิตใจ ซึ่งกิจกรรมเหล่านี้จำเป็นต้องมีการดำเนินไปพร้อมกันอย่างสมดุลจึงจะสร้างความพอเพียง ให้เกิดขึ้นในชุมชนได้ กระบวนการเรียนรู้ในชุมชนเพื่อพัฒนาคนไปสู่คุณลักษณะตามปรัชญา เศรษฐกิจพอเพียงประกอบด้วย 2 รูปแบบคือ การเรียนรู้เพื่อพัฒนาคนโดยตรง และการเรียนรู้เพื่อ พัฒนาระบบที่ช่วยสนับสนุนการเปลี่ยนแปลง และแนวทางการพัฒนาคนในชุมชนให้มี คุณลักษณะตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง แบ่งออกได้ 2 ระดับคือการพัฒนาความรู้และ คุณธรรมในตัวบุคคลผ่านการศึกษาทั้งในระบบ และนอกระบบ และการพัฒนาชุมชนให้มีการ ดำเนินกิจกรรมทางเศรษฐกิจพอเพียงทั้ง 4 ด้านอย่างสมดุล เพื่อนำไปสู่ความยั่งยืน และพร้อมรับ ต่อการเปลี่ยนแปลง

มงคล ศัยยกุล และชญานิษฐ์ รุ่งรังสี (2550) ศึกษาเรื่องรูปแบบการเสริมสร้าง พฤติกรรมการดำรงชีวิตที่พอเพียงตามแนวพระราชดำริของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏ นครสวรรค์ ผลการศึกษาพบว่านักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์โดยรวมมีพฤติกรรมการ ดำรงชีวิตที่พอเพียงปานกลาง เมื่อพิจารณารายด้าน นักศึกษามีพฤติกรรมการดำรงชีวิตที่พอเพียง ปานกลางทุกด้าน โดยนักศึกษามีปัญหาด้านเทคโนโลยีมากที่สุด รองลงมาได้แก่ ด้านเศรษฐกิจ ด้านอนุรักษ์ทรัพยากรและสิ่งแวดล้อม ด้านจิตใจ และด้านสังคม ตามลำดับ โดยรูปแบบการ

เสริมสร้างพฤติกรรมการดำรงชีวิตที่พอเพียงตามแนวพระราชดำริของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์ คือ รูปแบบการเสริมสร้างพฤติกรรมดำรงชีวิตที่พอเพียงตามแนวพระราชดำรินักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์ มีองค์ประกอบสำคัญ แบ่งออกเป็น 1. สิ่งแวดล้อมภายนอก 2. มหาวิทยาลัย 3. ครอบครัว โดยใช้กระบวนการพัฒนาตนเอง ซึ่งเป็นวิธีการในการเสริมสร้างพฤติกรรมการดำรงชีวิตที่พอเพียงตามแนวพระราชดำริ ของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์ 5 ด้าน อันได้แก่ ด้านจิตใจ ด้านสังคม ด้านอนุรักษ์ทรัพยากรและสิ่งแวดล้อม ด้านเทคโนโลยีและด้านเศรษฐกิจ

จากการทบทวนงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ทำให้ผู้วิจัยได้กรอบในการมองปรากฏการณ์และการศึกษาในประเด็นเกี่ยวกับชีวิตที่พอเพียงของนักศึกษา และเป็นประโยชน์ต่อการนำมาตั้งประเด็นคำถามในงานวิจัยต่อไป โดยการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพมาใช้ในการศึกษา เพราะการศึกษาเกี่ยวกับวิถีคิด/มุมมองของนักศึกษาเป็นเรื่องที่มีความสลับซับซ้อน ระเบียบวิธีเชิงคุณภาพ เป็นวิธีการที่ทำให้ผู้วิจัยสามารถเข้าถึงกลุ่มตัวอย่างทำให้ได้ข้อมูลที่มาจาก "เสียง" ของนักศึกษาอย่างแท้จริง



### บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาเรื่อง “ชีวิตที่พอเพียงในมุมมองของนักศึกษาภายใต้กระแสโลกาภิวัตน์” ในครั้งนี้ มีหลายประเด็นที่ต้องทำการศึกษาเพื่อให้ครอบคลุมตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย ดังนั้น การเข้าถึงแหล่งข้อมูลและรวบรวมข้อมูลในลักษณะเจาะลึกเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่ง ผู้วิจัยจึงได้เลือกการวิจัยเชิงคุณภาพสำหรับการวิจัยครั้งนี้ โดยผู้วิจัยได้มีการวางแผนการดำเนินการวิจัยในแต่ละขั้นตอนดังนี้

1. ระเบียบวิธีวิจัยที่ใช้ในการศึกษา
2. กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา
3. กระบวนการเก็บรวบรวมข้อมูล
  - 3.1 การเก็บรวบรวมข้อมูลจากเอกสาร
  - 3.2 การเก็บรวบรวมข้อมูลภาคสนาม
4. การวิเคราะห์ข้อมูลและสรุปผลการศึกษา

#### ระเบียบวิธีที่ใช้ในการศึกษา

วิธีการที่ผู้วิจัยนำมาใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ใช้วิธีการศึกษาเชิงคุณภาพ (Qualitative Methodology) เป็นแนวทางการศึกษาแบบธรรมชาติที่สอดคล้องกับปัญหาและปรากฏการณ์ที่ศึกษา เป็นการค้นคว้าเพื่อให้ได้ข้อมูลหรือข้อสรุปโดยมิได้มุ่งใช้กระบวนการเชิงปริมาณ หรือกระบวนการทางสถิติ เป็นการศึกษาเกี่ยวกับชีวิตบุคคล เรื่องราว พฤติกรรม หรือเกี่ยวกับการทำหน้าที่องค์กร ขบวนการทางสังคมและความสัมพันธ์ต่าง ๆ ในเชิงการกระทำ (Interactional Relational) ข้อมูลบางอย่างอาจจะเป็นเชิงปริมาณ เช่นข้อมูลจากสัมภาษณ์ประชากร แต่การวิเคราะห์ข้อมูลจะพิจารณาในลักษณะเชิงคุณภาพ

การศึกษาชีวิตที่พอเพียงในมุมมองของนักศึกษาภายใต้กระแสโลกาภิวัตน์ในครั้งนี้ เพื่อต้องการสะท้อนวิถีคิด การให้ความหมายของนักศึกษาต่อการดำรงชีวิตแบบพอเพียง ตลอดจนพฤติกรรมการดำรงชีวิตแบบพอเพียงของนักศึกษา ดังนั้นวิธีการที่จะใช้ในการศึกษา เพื่อให้เข้าถึงความคิด ที่มาของการแสดงพฤติกรรมของนักศึกษาในครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้วิธีการศึกษาเชิงคุณภาพ ซึ่งเป็นระเบียบวิธีวิจัยในทางสังคมศาสตร์ ที่นักวิชาการนิยมใช้ในการค้นหาข้ออธิบาย พฤติกรรมทางสังคม โดย Blumer 1969 (อ้างใน พงษ์สวัสดิ์ สวัสดิพงษ์ 2532 : 1-2) อธิบายว่า

พฤติกรรมของมนุษย์ในสังคม เป็นพฤติกรรมที่เกิดจากให้ความหมายของบุคคลต่อสิ่งต่าง ๆ และบุคคลจะกระทำต่อสิ่งต่าง ๆ และกระทำต่อวัตถุต่าง ๆ โดยอาศัยพื้นฐานของความหมายที่สิ่งเหล่านั้นมีต่อพวกเขา เพราะโลกเชิงประจักษ์ของมนุษย์เป็นโลกแห่งความหมาย ที่มนุษย์กระทำต่อสิ่งต่าง ๆ จากพื้นฐานการตีความของสิ่งเหล่านั้น

การวิจัยเชิงคุณภาพ (qualitative methodology) เป็นระเบียบวิธีที่มุ่งศึกษาตามสภาพธรรมชาติของปรากฏการณ์ โดยจะศึกษาตามสภาพที่แท้จริง ผู้วิจัยไม่เข้าไปสอดแทรกหรือบิดเบือน โดย Blumer เรียกว่าวิธีการศึกษาแบบธรรมชาติ โดยสมมุติฐานของระเบียบวิธีศึกษาแบบธรรมชาติ คือ

1. การวิจัยคือกระบวนการปฏิสังสรรค์สัญลักษณ์รูปแบบหนึ่ง ในทัศนะของ Blumer การทดลองใด ๆ ที่เกี่ยวกับมนุษย์ก็คือการปฏิสังสรรค์ แต่ผู้ทดลองไม่สามารถควบคุมตัวแปรต่าง ๆ ที่มีผลต่อผู้ถูกศึกษาได้ทุกแง่มุม เพราะโดยข้อเท็จจริง ผู้ถูกทดลองคือผู้กระทำที่เข้าสู่สถานการณ์ของการทดลองพร้อมกับการนิยามสถานการณ์ของตนเอง และทำการตีความกำหนดความหมายต่าง ๆ ในช่วงของการปฏิสังสรรค์กับคนอื่น ๆ ภายในห้องทดลอง โดยผู้ทดลองไม่ได้เปลี่ยนแปลงธรรมชาติและทำการกระทำของเขาเลย

2. ระเบียบวิธีต้องได้รับการตรวจสอบจากโลกเชิงประจักษ์ โดยการสร้างองค์ความรู้ทางสังคมศาสตร์ ที่นักวิจัยเข้าไปคลุกคลีกับโลกเชิงประจักษ์อย่างใกล้ชิด และมีการตรวจสอบความถูกต้องทุกแง่มุมของการวิจัย เพื่อจะทำให้เรามั่นใจได้ว่าความคิดพื้นฐาน ข้อมูลในทัศนะ ตลอดจนการตีความของเราถูกต้อง

3. ผู้ศึกษาต้องสวมบทบาทของผู้ถูกศึกษา คือจะต้องศึกษาการกระทำของมนุษย์จากทัศนะของผู้ที่เป็นเจ้าของการกระทำ ไม่ใช่จากพื้นฐานของการตีความความหมายของสิ่งนั้นจากสายตาของผู้สังเกต ซึ่งเป็นคนนอก

4. ต้องศึกษาโดยใช้มโนทัศน์เรารู้สึก อันเป็นมโนทัศน์กว้าง ๆ ที่ชี้แนะทิศทางต่าง ๆ ที่นักวิจัยต้องสังเกต ซึ่งจะมีความยืดหยุ่น สามารถปรับเปลี่ยนให้เชื่อมโยงกับโลกเชิงประจักษ์ได้ตลอดเวลา

5. ใช้ตัวแบบสมมุติฐานเชิงกระบวนการ โดยมีสมมุติฐานว่ากระบวนการชนิดหนึ่งจะต้องปรากฏขึ้นเสมอจึงจะทำให้ปรากฏการณ์ที่สามารถสังเกตได้ชนิดหนึ่งเกิดขึ้นได้กระบวนการนี้มีหลักการอยู่ว่า ปรากฏการณ์ที่สังเกตได้ชนิดหนึ่งถูกผลิตขึ้นมาโดยกระบวนการที่ขั้นตอนแรก ๆ ไม่ได้เป็นตัวกำหนดขั้นตอนต่อไปโดยอัตโนมัติ ดังนั้นนักสังคมศาสตร์จึงต้องค้นหาขั้นตอนต่าง ๆ ที่จำเป็นต่อการเกิดปรากฏการณ์นั้น ๆ

Blumer ได้พัฒนาระเบียบวิธีการศึกษาแบบธรรมชาติแบ่งออกเป็น 2 ขั้นตอนคือ

1. ขั้นตอนของการค้นคว้า (Exploration) นักวิจัยต้องเข้าไปคลุกคลี ทำความคุ้นเคยกับปรากฏการณ์ที่ศึกษาอย่างใกล้ชิด หลังจากนั้นเป็นการพัฒนากรอบแนวคิดของการศึกษา โดยกรอบแนวคิดนี้สามารถปรับเปลี่ยนได้เมื่อเผชิญกับข้อมูลเชิงประจักษ์ เพื่อสร้างความเจ็บคมให้กับความคิดในการศึกษา หลังจากนั้นนักวิจัยจะต้องพรรณาอย่างลึกซึ้งเกี่ยวกับปรากฏการณ์ที่ศึกษา เนื่องจากความเป็นจริงของปรากฏการณ์ทางสังคมใด ๆ เป็นสิ่งที่ไม่หมดสิ้นความสมบูรณ์ ดังนั้นเราจึงไม่สามารถพรรณาปรากฏการณ์ได้อย่างสมบูรณ์ นักวิจัยใช้แนวคิดพื้นฐานทางทฤษฎี เพื่อนำแนวทางและกำหนดขอบเขตการพรรณาปรากฏการณ์ทางสังคมที่ทำการศึกษา

2. ขั้นตอนการพินิจสอบสวน (Inspection) เป็นการนำข้อมูลเชิงพรรณาที่ได้จากการค้นคว้ามามีวิเคราะห์ลงในรายละเอียด เพื่อที่จะพัฒนาความคิดรากฐาน และความสัมพันธ์ทั้งหลาย โดยขั้นตอนนี้จะมีลักษณะที่สัมพันธ์กัน 2 ประการคือ

ประการแรก การค้นพบหลักเบื้องต้นในการพัฒนามโนทัศน์ โดยการศึกษาตัวอย่างเชิงประจักษ์ต่าง ๆ ที่ได้รับการชี้แนะจากแนวความคิดพื้นฐานเพื่อค้นหาลักษณะร่วมเชิงการวิเคราะห์ ซึ่งได้จากการเปรียบเทียบตัวอย่างเชิงประจักษ์ต่าง ๆ แล้วดึงลักษณะร่วมเชิงการวิเคราะห์ของตัวอย่างเหล่านั้นออกมา ซึ่งก็คือความคิดพื้นฐาน หรือนิทัศน์ที่ค้นพบหลังจากนั้นก็เปรียบเทียบตัวอย่างเชิงประจักษ์อื่น ๆ กับมโนทัศน์ดังกล่าว เพื่อพัฒนาความชัดเจนของลักษณะร่วมเชิงการวิเคราะห์ต่อไป กระบวนการนี้จะดำเนินไปจนกระทั่งการตรวจสอบตัวอย่างเชิงประจักษ์อื่น ๆ ที่อยู่ภายในขอบข่ายความคิดพื้นฐานและไม่ได้นำมาสู่การเปลี่ยนแปลงมโนทัศน์นั้น ๆ ผลที่ได้คือมโนทัศน์ที่รู้จักที่พัฒนาแล้ว

ประการที่สอง คือการสร้างข้อเสนอทางทฤษฎี โดยการเชื่อมโยงมโนทัศน์เข้าด้วยกัน ซึ่งนักวิจัยต้องแยกแยะความสัมพันธ์ชุดต่าง ๆ ระหว่างความคิดพื้นฐานทางทฤษฎีที่ได้รับการชี้แนะหรือปรากฏให้เห็นในระหว่างขั้นตอนของการค้นคว้า โดยนักวิจัยจะต้องตรวจสอบความสัมพันธ์เชิงประจักษ์ต่าง ๆ ระหว่างตัวอย่างเชิงประจักษ์ของความคิดพื้นฐานที่เขามีอยู่เป็นการเปรียบเทียบตัวอย่างความสัมพันธ์ระหว่างความคิดพื้นฐานที่เกิดขึ้นจริง และจากการที่นักวิจัยได้แยกแยะความสัมพันธ์แบบต่าง ๆ ออกมาให้ชัดเจน หลังจากนั้นทำการเปรียบเทียบตัวอย่างของความสัมพันธ์ดังกล่าวที่เกิดขึ้นในกรณีอื่น ๆ กับแบบความสัมพันธ์ที่ค้นพบ เพื่อที่จะพัฒนาและปรับปรุงให้มีความชัดเจนและรัดกุมมากขึ้น และเมื่อการตรวจสอบไม่ได้นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงแบบแผนความสัมพันธ์แล้วนั้น ถือได้ว่านักวิจัยได้แยกแยะความสัมพันธ์ได้อย่างชัดเจนและได้ข้อเสนอทางทฤษฎีชุดหนึ่งขึ้นมา

## กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา

### การกำหนดรายละเอียดกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาคั้งนี้คือนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร ผู้วิจัยศึกษาเฉพาะนักศึกษาที่อยู่หอพักจำนวน 30 คน โดยมีเหตุผลของการกำหนดรายละเอียดกลุ่มตัวอย่างเฉพาะนักศึกษาที่อยู่หอพัก เพราะนักศึกษาเหล่านี้ต่างมีภูมิลำเนามาจากต่างจังหวัด เมื่อมาศึกษาเล่าเรียนที่มหาวิทยาลัยนี้จึงต้องพักอาศัยอยู่หอพัก และนักศึกษาส่วนใหญ่ต่างได้รับเงินเพื่อเป็นค่าใช้จ่ายในการดำเนินชีวิตประจำวันและค่าใช้จ่ายในการเรียนเป็นรายเดือน โดยการศึกษาครั้งนี้จะทำให้ทราบถึงมุมมองการใช้ชีวิต และการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงของนักศึกษาท่ามกลางกระแสโลกาภิวัตน์ต่อไป

### การเลือกกลุ่มตัวอย่าง

การคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลหลักผู้วิจัยได้พยายามคัดเลือกให้ตรงกับคุณลักษณะที่กำหนดไว้ ซึ่งการให้ข้อมูลของผู้ให้ข้อมูลหลักนั้นถูกต้องครบถ้วนสมบูรณ์หรือไม่ ล้วนแต่มีผลต่อความแม่นยำในการนำไปใช้อธิบายปรากฏการณ์ ผู้วิจัยทำการเลือกกลุ่มตัวอย่างนักศึกษา (ที่พักอยู่หอพัก) จำนวน 30 คน ที่มีความแตกต่างกันทั้งด้านเพศ อายุ คณะ ฐานะทางเศรษฐกิจ และสังคม เพื่อสัมภาษณ์เชิงลึกเกี่ยวกับชีวิตที่พอเพียงในมุมมองของนักศึกษา

## กระบวนการเก็บรวบรวมข้อมูล

### 1. การเก็บรวบรวมข้อมูลจากเอกสาร

1.1 ผู้วิจัยได้รวบรวมเอกสารและวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องดังนี้ ได้แก่ การค้นคว้าจากหนังสือ บทความ งานวิจัย ที่เกี่ยวข้องกับการดำรงชีวิตตามแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง ประกอบด้วยเอกสารจากสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ , เอกสารงานวิจัยจากสถาบันการศึกษาต่าง ๆ , เอกสารจากหน่วยงานที่ทำงานเกี่ยวข้องกับการประยุกต์ใช้เศรษฐกิจพอเพียง รวมทั้งประสานความร่วมมือจากเจ้าหน้าที่ ในการขอรับหนังสือ เอกสาร สถิติต่าง ๆ เพื่อเพื่อให้ได้ข้อมูลพื้นฐานที่สำคัญ อันจะเป็นความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับประเด็นศึกษา กรอบแนวคิดทฤษฎี ระเบียบวิจัย กลุ่มประชากร และกรอบในการวิจัย

1.2 ผู้วิจัยนำแนวคิดที่ใช้ในการศึกษา มาเป็นกรอบในการตั้งข้อคำถาม และการสร้างข้อคำถามที่จะใช้ในการสัมภาษณ์ โดยผู้วิจัยนำข้อคำถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความถูกต้อง



## 2. การเก็บรวบรวมข้อมูลภาคสนาม

### 2.1 วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยใช้วิธีการดังนี้

1) การสัมภาษณ์ (Interview) ผู้วิจัยใช้วิธีการสัมภาษณ์ทางสังคมวิทยาที่จะมีความแตกต่างจากการสนทนาทั่ว ๆ ไป นั่นคือไม่ใช่ฝ่ายหนึ่งตั้งคำถาม อีกฝ่ายหนึ่งเป็นผู้ตอบเท่านั้น แต่เป็นลักษณะที่ Denzin (1989 , อ้างในโสพิณ หมูแก้ว, 2544 : 26) กล่าวว่าผู้ถูกสัมภาษณ์ไม่ได้เป็นสิ่งที่ถูกศึกษาที่นักสังคมศาสตร์สามารถควบคุมได้ แต่ผู้ถูกศึกษาเป็นมนุษย์ที่มีเหตุผล และมีจิตสำนึกในการกระทำของตนเอง การที่จะเข้าใจโลกของเขานักวิจัยต้องเป็นผู้สัมภาษณ์ที่มีความกระตือรือร้นเข้าไปมีปฏิสัมพันธ์กับผู้สัมภาษณ์ เพื่อสร้างความสนิมสนมคุ้นเคย การสัมภาษณ์นี้จึงเป็นการเก็บรวบรวมข้อมูลที่มีความยืดหยุ่น ปรับเปลี่ยนได้ตามสถานการณ์ และสามารถสังเกต พฤติกรรม ปฏิกริยาของผู้ให้สัมภาษณ์ และเผยให้เห็นถึงความรู้สึกนึกคิดของผู้ถูกสัมภาษณ์ได้อย่างละเอียดลึกซึ้ง ซึ่งจะทำให้การค้นหาคำตอบของการศึกษามีความน่าเชื่อถือ การสัมภาษณ์นี้ผู้วิจัยสัมภาษณ์แบบเป็นทางการและการสัมภาษณ์แบบไม่เป็นทางการ ในตอนแรกผู้วิจัยจะสัมภาษณ์แบบไม่เป็นทางการ เพื่อสร้างบรรยากาศการพูดคุยที่เป็นธรรมชาติระหว่างผู้สัมภาษณ์ และผู้ถูกสัมภาษณ์ ซึ่งจะออกมาในลักษณะของการพูดคุยสนทนา แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ระหว่างกัน โดยผู้วิจัยจะเป็นทั้งผู้ตั้งคำถาม และเป็นผู้ตอบคำถามที่ผู้ให้ข้อมูลถามกลับด้วย ทั้งสองฝ่ายจะมีส่วนร่วมในการรับรู้ความรู้สึก ประทับใจ แนวความคิดซึ่งกันและกัน ซึ่งอาจจะทำให้ผู้วิจัยได้รับข้อมูลและประเด็นที่น่าสนใจ ใหม่ ๆ เพื่อมาประกอบการศึกษาต่อไป การสัมภาษณ์จะมีการกำหนดกรอบคำถามไว้กว้าง ๆ ซึ่งจะเป็นลักษณะที่มีความยืดหยุ่นได้ตลอดเวลาขณะที่ทำการสัมภาษณ์ ประเด็นคำถามประกอบการสัมภาษณ์ครั้งนี้ ผู้วิจัยจะใช้แนวคำถามแบบปลายเปิดเป็นแนวทางในการสัมภาษณ์ แนวคำถามจะอยู่บนพื้นฐานของวัตถุประสงค์ และกรอบความคิดพื้นฐานของการวิจัย โดยได้ตั้งประเด็นการสัมภาษณ์เพื่อเชื่อมโยงความคิด ความรู้สึก และการกระทำในเรื่องชีวิตที่พอเพียงในมุมมองของนักศึกษา หลังจากนั้นผู้วิจัยก็จะทำการสัมภาษณ์แบบเป็นทางการ โดยผู้วิจัยได้เตรียมแนวคำถามการสัมภาษณ์ไว้ล่วงหน้าเพราะสามารถยืดหยุ่นและกระทำได้ง่ายและมีความต่อเนื่องของคำถาม

2) การสังเกต นอกจากการสัมภาษณ์ ผู้ศึกษายังอาศัยวิธีการสังเกตการณ์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อประกอบการศึกษาวิเคราะห์ปรากฏการณ์ โดยผู้วิจัยจะทำการสังเกตสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ และสังคมของผู้ให้สัมภาษณ์ และการสังเกตพฤติกรรมที่เป็นคำพูดและไม่ใช่ว่าพูด โดยสิ่งที่ต้องให้ความสำคัญ คือ ภาษากาย เช่น สีหน้า ท่าทางที่แสดงออก

การสบตากับคนอื่น ๆ การสัมผัส การยืนใกล้หรือห่างจากคู่สนทนา เป็นต้น และภาษาพูด ผู้ศึกษาต้องจดบันทึก "คำสนทนา" ของการให้ความหมายในบริบทของความสัมพันธ์ทางสังคมนั้น ซึ่งผู้ศึกษาจะให้ความสำคัญแก่ลักษณะของคำพูดและผู้พูด เช่น ใช้คำประเภทใด คำแสดง ภาษาเทคนิคหรือวิชาการ หรือภาษาของกลุ่มวัฒนธรรมย่อย ต้องเข้าใจว่าพวกเขาใช้มันในความหมายอย่างไร จุดมุ่งหมายของการสังเกต คือเพื่อให้ได้ข้อมูลเกี่ยวกับวิถีคิด มุมมองของนักศึกษา และลักษณะรูปแบบของกิจกรรม ที่นักศึกษาดำเนินชีวิตประจำวันโดยยึดหลักเศรษฐกิจพอเพียง โดยผู้วิจัยใช้กรอบการสังเกตของ Lofland (1995 อ้างในสุภาวงศ์ จันทวานิช, 2539 : 42-43) มาเป็นกรอบในการสังเกตดังต่อไปนี้

1. การกระทำ(acts)คือพฤติกรรมของกลุ่มตัวอย่างในการแสดงออกตามปกติ หรือเป็นการใช้ชีวิตประจำวันที่เป็นกิจกรรมปกติธรรมดาทั่วไป

2. กิจกรรม (activities) คือการกระทำที่เป็นกระบวนการมีขั้นตอน

3. ความหมาย (meanings) คือการให้ความหมายแก่การกระทำหรือกิจกรรม การเลือกกระทำหรือไม่กระทำกิจกรรมบางอย่าง สามารถบ่งบอกได้ว่าบุคคลนั้นมีความเชื่อ หรือมีทัศนคติ มุมมองเกี่ยวกับเรื่องนั้น ๆ อย่างไร

4. ความสัมพันธ์ (relationship) คือความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับกลุ่มเพื่อน ความสัมพันธ์กับอาจารย์ ความสัมพันธ์ในครอบครัว และความสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มตัวอย่างกับบุคคลอื่น ๆ

5. การมีส่วนร่วมกิจกรรม (participation) คือการที่นักศึกษาให้ความร่วมมือ มีส่วนร่วมในกิจกรรมทั้งในสถานศึกษา และนอกสถานศึกษา

6. สภาพสังคม (setting) คือสิ่งแวดล้อมที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิต และเกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง

3) การสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) เป็นการสัมภาษณ์และสนทนาแบบเจาะประเด็นด้วยการเชิญผู้ร่วมสนทนามารวมเป็นกลุ่ม กลุ่มละประมาณ 5-7 คน แล้วเปิดโอกาสให้ผู้เข้าร่วมสนทนาแลกเปลี่ยนทัศนะกันอย่างกว้างขวางในประเด็นต่างๆที่เราต้องการแล้วพยายามหาข้อสรุป การสนทนากลุ่มนี้เหมาะกับการวิจัยที่ต้องการหารูปแบบโครงสร้าง แนวคิดใหม่ๆรวมทั้งค้นหาตัวกำหนดพฤติกรรมและบุคลิกภาพของมนุษย์ โดยมีผู้ดำเนินการสนทนาเป็นผู้คอยจุดประเด็นในการสนทนา เพื่อชักจูงให้สมาชิกในกลุ่มเกิดแนวคิดและแสดงความคิดเห็นต่อประเด็นหรือแนวทางการสนทนาอย่างกว้างขวางละเอียดลึกซึ้ง

## 2.2. การรวบรวมข้อมูล

ในการเก็บรวบรวมข้อมูลนั้น ผู้วิจัยใช้ 3 วิธีการดังกล่าวข้างต้นคือ การสัมภาษณ์ การสังเกตประกอบการสัมภาษณ์ และการสนทนากลุ่ม การเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยหลาย ๆ วิธีร่วมกันในการศึกษาปรากฏการณ์ ทำให้ข้อมูลที่ได้มีความถูกต้องมากกว่าการใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบเดียว เพราะระเบียบวิธีวิจัยแต่ละอย่างต่างก็มีจุดอ่อนจุดแข็ง ซึ่งเมื่อนำมาใช้ศึกษาปรากฏการณ์ร่วมกันจะช่วยเสริมซึ่งกันและกันได้

## 2.3 การตรวจสอบข้อมูล

หลังจากได้ข้อมูลมาแล้ว ผู้วิจัยจะตรวจสอบข้อมูลที่ได้มาว่าเพียงพอหรือยัง โดยดูจากความครบถ้วนตามประเด็นที่กำหนดไว้ในขอบเขตของการวิจัย และตรวจสอบว่าข้อมูลที่ได้มานั้นสามารถตอบปัญหาของการวิจัยได้หรือไม่ ถ้าเห็นว่าไม่ครบถ้วนต้องไปเก็บรวบรวมข้อมูลซ้ำในประเด็นนั้นอีกครั้งหนึ่ง รวมถึงตรวจสอบว่าข้อมูลที่ได้มาจากแต่ละวิธีการตรงกันหรือไม่ ตรวจสอบว่าเป็นข้อมูลที่แท้จริงหรือไม่ สำหรับวิธีที่ผู้วิจัยใช้ตรวจสอบข้อมูล คือ การตรวจสอบข้อมูลแบบสามเส้า ซึ่งมีวิธีการดังนี้

1) การตรวจสอบเส้าข้อมูล ตรวจสอบจากแหล่งที่มาซึ่งพิจารณาในเรื่องแหล่งเวลา แหล่งสถานที่ และแหล่งบุคคลที่ให้ข้อมูลนั้น ถ้าได้ข้อมูลมาต่างเวลา ต่างสถานที่ และต่างบุคคลได้ข้อมูลเหมือนกันหรือไม่ ถ้าไม่เหมือนกันต้องเข้าไปเก็บรวบรวมข้อมูลนั้นให้ถูกต้องอีกครั้งหนึ่ง

2) การตรวจสอบเส้าวิธีการรวบรวมข้อมูล ใช้วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลหลาย ๆ วิธีการในการหาข้อมูลในแต่ละหัวข้อที่กำหนดไว้ในขอบเขตของการวิจัยให้ถูกต้องมากที่สุด คือถ้าใช้การเก็บรวบรวมข้อมูลที่แตกต่างกันแต่ได้ข้อมูลที่เหมือนกันแสดงว่าข้อมูลนั้นน่าจะเป็นข้อมูลที่ถูกต้อง

## การวิเคราะห์ข้อมูลและสรุปผลการศึกษา

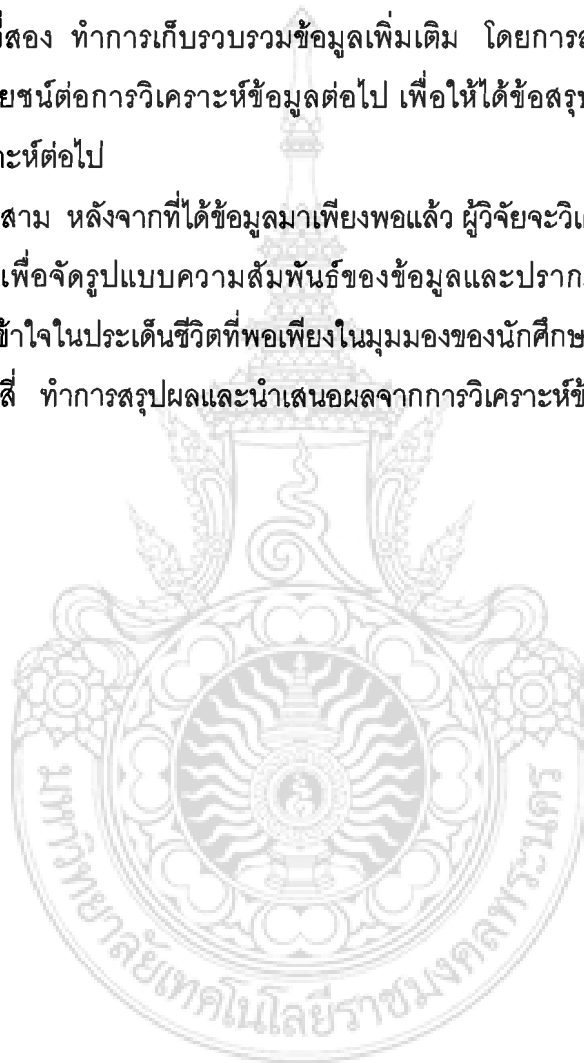
การศึกษาโดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ ขั้นตอนของการวิเคราะห์ข้อมูลเป็นกระบวนการที่สัมพันธ์และสามารถดำเนินควบคู่ไปกับการเก็บรวบรวมข้อมูล หลังจากผู้วิจัยได้ข้อมูลทั้งจากเอกสาร การสัมภาษณ์เชิงลึก และการสังเกต การสนทนากลุ่ม ผู้วิจัยจะนำข้อมูลที่ได้มาแยกส่วน หรือจัดหมวดหมู่ตามคุณสมบัติ และทำการวิเคราะห์โดยการตีความในประเด็นศึกษาโดยการเชื่อมโยงข้อมูลเข้ากับหลักการ แนวคิด และทฤษฎีที่เกี่ยวข้องและหาข้อสรุปในประเด็นที่ศึกษาเพื่อตอบคำถามการวิจัย โดยผู้วิจัยแบ่งการวิเคราะห์ข้อมูลออกเป็น 4 ระยะ คือ

ระยะแรก เมื่อผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลที่ได้จากสัมภาษณ์ การสังเกตการณ์ และ การศึกษาประวัติชีวิตของกลุ่มตัวอย่าง อย่างเพียงพอแล้ว ผู้วิจัยจะทำการวิเคราะห์โดยอาศัย แนวคิดทฤษฎีที่ใช้ในการศึกษา แล้วสรุปผลการวิเคราะห์อย่างคร่าว ๆ เพื่อเป็นตัวชี้้นำประเด็นที่ จะต้องเก็บรวบรวมข้อมูลเพิ่มเติมในประเด็นต่อไป

ระยะที่สอง ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลเพิ่มเติม โดยการสัมภาษณ์ซ้ำในประเด็นที่ คาดว่าจะเป็นประโยชน์ต่อการวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป เพื่อให้ได้ข้อสรุปที่เป็นจริงมากที่สุดที่จะ นำมาใช้ในการวิเคราะห์ต่อไป

ระยะที่สาม หลังจากที่ได้ข้อมูลมาเพียงพอแล้ว ผู้วิจัยจะวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการ สัมภาษณ์อีกครั้ง เพื่อจัดรูปแบบความสัมพันธ์ของข้อมูลและปรากฏการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น เพื่อก่อให้เกิดความเข้าใจในประเด็นชีวิตที่พอเพียงในมุมมองของนักศึกษา

ระยะที่สี่ ทำการสรุปผลและนำเสนอผลจากการวิเคราะห์ข้อมูล



## บทที่ 4

### ชีวิตที่พอเพียงในมุมมองของนักศึกษา

การศึกษาเรื่อง "ชีวิตที่พอเพียงในมุมมองของนักศึกษาภายใต้กระแสโลกาภิวัตน์" ของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนครที่อยู่หอพัก จำนวน 30 คน โดยการสัมภาษณ์ การสังเกตการณ์ และการสนทนากลุ่ม เพื่อให้ทราบถึงวิถีคิด มุมมอง ตลอดจนเหตุผลของการแสดงพฤติกรรมและการใช้ชีวิตในสังคมปัจจุบัน

การจะทำความเข้าใจนักศึกษาในยุคสังคมปัจจุบันนี้จำเป็นต้องให้ความสำคัญกับวิถีคิด การก่อรูปก่อร่างวิถีการใช้ชีวิตในระดับชีวิตประจำวันท่ามกลางโลกที่กำลังเปลี่ยนแปลง เนื่องจากนักศึกษาแต่ละคนสามารถที่จะเลือก/ออกแบบวิถีการใช้ชีวิตให้กับตนเอง และการทำความเข้าใจวิถีคิดเกี่ยวกับความพอเพียงของนักศึกษาอย่างละเอียดลึกซึ้งนั้น ต้องมาจาก " มุมมองและคำบอกเล่า" ของนักศึกษาโดยตรง โดยผู้วิจัยจะนำเสนอในประเด็นต่อไปนี้

1. ความหมายของความพอเพียงในมุมมองของนักศึกษา
2. การเรียนรู้การใช้ชีวิตแบบพอเพียงของนักศึกษา

#### ความหมายของความพอเพียงในมุมมองของนักศึกษา

จากการพูดคุย สัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างผู้วิจัยพบว่าความหมายของความพอเพียงในมุมมองของนักศึกษา ประกอบด้วยความพอเพียงคือการมีความสุขในชีวิต, ความพอใจในสิ่งที่ตนเองมีอยู่/เป็นอยู่, การประมาณศักยภาพ/ความสามารถของตน และชีวิตที่พอเพียงได้ช่วยเงินโดยมุมมองของนักศึกษาที่มีต่อ "ความพอเพียง" แต่แต่ละคนมีลักษณะแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล อันเนื่องมาจากการเลี้ยงดู สภาพแวดล้อม สภาพสังคมที่ได้หล่อหลอมให้แต่ละคนผ่านประสบการณ์ชีวิต ที่กำหนดระบบคุณค่าและโลกทัศน์ของนักศึกษา โดยความหมายของความพอเพียงในมุมมองของนักศึกษามีรายละเอียดดังนี้

#### ความพอเพียงคือการมีความสุขในชีวิต

กลุ่มตัวอย่างส่วนหนึ่งมีมุมมองต่อความพอเพียงคือการมีความสุขในชีวิต โดยพวกเขา มองว่าชีวิตที่มีความสุข คือการมีชีวิตที่พอเพียง โดยชีวิตที่มีความสุขนั้นเกิดขึ้นมาจากความสุขในครอบครัว ความสุขจากสิ่งที่ตนเองมีอยู่ ความสุขจากการทำในสิ่งที่ตนเองรัก และความสุขที่มาจากจิตใจของตนเอง ดังรายละเอียดต่อไปนี้

### ความสุขที่มาจากครอบครัว

กลุ่มตัวอย่างคือโอเล่ ที่มองความพอเพียงของตนเองคือการมีชีวิตที่มีความสุข โดยความสุขนั้นเกิดจากการได้รับความรัก ความอบอุ่นในครอบครัว ตลอดจนการมีฐานะทางเศรษฐกิจในครอบครัวที่ไม่เดือดร้อนจนเกินไป เมื่อชีวิตมีสิ่งเหล่านี้เพียงพอ ชีวิตก็มีความสุข ดังคำกล่าว “ ผมคิดว่าความพอเพียงคือ การมีความสุขในชีวิต ทั้งชีวิตของผมและชีวิตในครอบครัว ที่มีพ่อแม่รักใคร่กันดี มีความเป็นอยู่ที่พอกิน ไม่มีหนี้ และตอนนี้ผมก็คิดว่าครอบครัวผมไม่เดือดร้อนอะไร มีความสุขดี แค่นี้ชีวิตของผมก็พอเพียงแล้ว ”

### ความสุขกับสิ่งที่ตนเองมีอยู่

นาโน เป็นกลุ่มตัวอย่างที่มองความพอเพียงของตนเองคือชีวิตที่มีความสุข โดยเป็นความสุขที่เกิดจากความภาคภูมิใจ พอใจกับชีวิตของตนเองในปัจจุบัน เป็นการยอมรับความเป็นจริงของตนเองในทุกด้านทั้งทางร่างกาย เศรษฐกิจ สังคม โดยนาโนบอกว่า “ ความพอเพียงในความหมายของผม คือการที่ผมมีความสุขกับสิ่งที่ผมมีอยู่ อย่างเวลาผมไปเรียนหนังสือผมต้องนั่งรถเมล์ไปเรียน แต่เพื่อนบางคนขับรถไปเรียน ผมกลับเลือกที่จะมองในอีกมุมคือการมองว่าการที่เรานั่งรถเมล์ เราก็ได้เจอสาว ๆ บนรถเมล์ การขับรถไปเรียนเป็นทำให้สิ้นเปลือง และทำให้เกิดภาวะโรคเครียด ”

จากคำอธิบายของนาโน ผู้วิจัยพบว่านาโนเลือกที่จะอธิบายความพอเพียงของตนเองจากการมีความสุขจากที่ตนเองมีอยู่/เป็นอยู่นั้น เพราะนาโนมีความเข้าใจตนเองและยอมรับความเป็นจริงของตนเอง แม้ว่าตัวเขาจะมีความแตกต่างจากเพื่อนคนอื่นที่อาจจะทำให้ดูด้อยไปจากเพื่อน แต่เขากลับไม่คิดอย่างนั้น เขากลับคิดมองในมุมกลับของชีวิตอีกด้าน เป็นความคิดเชิงบวกที่สามารถสร้างคุณค่าให้กับตนเอง และสามารถทำให้เขามีความสุขจากที่เขา มีอยู่

### ความสุขจากการทำในสิ่งที่ตนเองรัก

กรณีของน้ำค้างจะมองความพอเพียงของตนเอง คือการมีความสุขจากการได้กระทำในสิ่งที่ตนเองอยากจะทำ ทำในสิ่งที่ตนเองรัก โดยน้ำค้างบอกว่า “ หนูคิดว่าความพอเพียงของหนู คือการมีความสุขกับการทำในสิ่งที่ตนเองรัก ทำในสิ่งที่อยากจะทำ ไม่จำเป็นต้องใหญ่โต ร่ำรวย แต่ต้องทำด้วยตนเอง ไม่เดือดร้อนใคร แค่นี้ชีวิตก็มีความสุข เมื่อมีความสุขความพอเพียงก็เกิดขึ้น ”

### ความสุขที่มาจากจิตใจของตนเอง

กลุ่มตัวอย่างคืออาร์ม กอหญ้าและแชมป์มองว่าความสุขเพียงคือความสุข โดยความสุขนั้นมาจากจิตใจของตนเองเป็นหลัก ถ้าใจตนเองไม่มีสุข ชีวิตก็จะเป็นความสุข ความพอเพียงก็จะเป็นไม่มีในชีวิต โดยมีรายละเอียดดังนี้

กอหญ้า : “ หนูมองว่าความสุขเพียงจะต้องเริ่มจากจิตใจของเราเอง ถ้าใจเรารู้จักคำว่าพอ ไม่โลภมาก ไม่เบียดเบียน แค่นี้ชีวิตก็มีความสุข และถ้าเราสามารถเผื่อแผ่ความสุขเหล่านั้นไปให้คนอื่นด้วยก็คงจะดี เพราะเป็นการช่วยให้คนอื่นให้รู้จักคำว่าพอเพียงด้วย ”

อาร์ม : “ ผมคิดว่าความสุขเพียงคือการที่เราสามารถดำรงชีวิตอยู่รอดในสังคมปัจจุบัน โดยการรู้จักใช้จ่าย รู้ว่าสิ่งไหนจำเป็นและไม่จำเป็น รวมทั้งไม่เบียดเบียนผู้อื่น เพราะเมื่อเราทำได้จิตใจของเราก็จะเป็นสุข ผมคิดว่าสิ่งนี้แหละคือความสุขเพียง ”

แชมป์ : “ ผมมองว่าความสุขมาจากใจ แต่ต้องถามใจของเราเองก่อนว่ามีเท่าไรจึงจะพอ เพราะบางคนมีเงิน10บาทก็เพียงพอกับเขาแล้ว แต่บางคนมีเงินมาก แต่ก็ยังอยากมีต่อไปอีกถือได้ว่าเขายังไม่เพียงพอ ”

จากความหมายของความสุขเพียงของกลุ่มตัวอย่างข้างต้นเป็นการให้ความหมายของความสุขเพียงที่สัมพันธ์กับความสุข เมื่อชีวิตมีการตระหนักว่าตนเองมีความสุข โดยเป็นความสุขที่มาจากครอบครัว คนรอบข้าง ความสุขที่เกิดขึ้นก็คือความสุขเพียง ผู้วิจัยพบว่าการให้ความหมายของความสุขเพียงของกลุ่มตัวอย่างที่ตระหนักถึงความพอเพียงคือความสุขในชีวิตส่วนหนึ่งจะนำให้บุคคลนั้นสามารถดำรงชีวิตในวิถีทางที่ถูกต้อง ไม่เกิดความโลภจนเบียดเบียนผู้อื่นซึ่งจะทำให้ชีวิตของตนเองมีความสุขและสามารถอยู่ร่วมกับคนอื่นได้อย่างมีความสุข สอดคล้องกับพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวเมื่อวันที่ 4 ธันวาคม 2541 ที่ว่า “...คนเราถ้าพอในความต้องการ มันก็มีความโลภน้อย เมื่อมีความโลภน้อย ก็เบียดเบียนคนอื่นน้อย ถ้าประเทศใดมีความคิดอันนี้ มีความคิดว่าทำอะไรต้องพอเพียง หมายความว่า พอประมาณ ซื่อตรง ไม่โลภอย่างมาก คนเราก็อยู่เป็นสุข...” นอกจากนี้ความสุขในชีวิตของคนก็ไม่ได้ขึ้นอยู่กับสถาบันการศึกษา ฐานะทางเศรษฐกิจและสังคม แต่ขึ้นอยู่กับว่าคนๆ นั้น มีความรู้เท่าทันและตามทันจิตใจของตนเองได้มากน้อยขนาดไหน ตามที่สุเมธ ตันติเวชกุล ได้กล่าวไว้ว่า (2548 : 147) การประยุกต์ใช้เศรษฐกิจพอเพียงระดับบุคคลต้องสามารถทำให้เป็นที่พึงตนเองได้ใน 5 ด้าน คือ จิตใจ สังคม เทคโนโลยี ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม เศรษฐกิจ นอกจากนี้ยังต้องรู้จักคำว่าพอ ไม่เบียดเบียนผู้อื่น พยายามพัฒนาตนเองเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็ง และความชำนาญ ทำได้ดังที่กล่าวมาเราก็จะมีความสุขกับชีวิตที่พอเพียง

### ความพอใจในสิ่งที่ตนเองมีอยู่/เป็นอยู่

กลุ่มตัวอย่างบางคนมองว่าความพอใจเพียงคือการที่แต่ละคนรู้จักตนเอง และมีความพึงพอใจกับสิ่งที่ตนเองกำลังเป็นอยู่ หรือพอใจในสิ่งที่ตนเองมีอยู่ และไม่เกิดความรู้สึกว่าจะอยากได้อะไรหรืออยากเป็นในสิ่งที่เกินกำลังความสามารถหรือสถานภาพของตนเอง ดังกรณีของทอรุ่ง พาฝัน และไหม ได้ให้ความหมายของความพอใจคือการที่แต่ละบุคคลมีความรู้สึกพอใจกับตนเอง และพอใจในสิ่งที่ตนเองเป็นอยู่ทั้งทางด้านร่างกาย เศรษฐกิจ สถานภาพทางสังคม โดยความพอใจ ความพอดีที่เกิดขึ้นนั้นก็คือความหมายของชีวิตที่พอเพียง ดังคำกล่าวต่อไปนี้

ทอรุ่ง : “ หนูมองว่าความพอใจคือการที่พอใจในสิ่งที่ตนเองมีอยู่ เช่น พอใจในฐานะของตนเอง พอใจในรูปร่างหน้าตาของตนเอง ไม่โลภมาก ไม่อยากได้ของคนอื่น และไม่อิจฉาคนอื่น และมีการกระทำต่าง ๆ ที่ตั้งอยู่บนสติ ความคิดคำนึงถึงผลที่จะตามมา ”

พาฝัน : “ ความพอใจของหนูคือการที่หนูพอใจในสิ่งที่หนูมีอยู่ และไม่อยากได้ในสิ่งของที่ไม่จำเป็น และไม่จำเป็นที่จะต้องตามกระแส เช่น เสื้อผ้า โทรศัพท์มือถือ เรามีอย่างไรเราก็ใช้อย่างนั้น เพราะสิ่งที่เรามีอยู่นั้นมีพ่อแม่ท่านต้องทำงานหาเงินเพื่อมาส่งเสียเราด้วยความยากลำบาก ”

ไหม : “ หนูคิดว่าความพอใจคือการที่เราอยู่อย่างพอดีกับตนเองรู้จักตนเอง โดยคำว่าพอของแต่ละคนจะไม่เท่ากัน ขึ้นอยู่กับความพอใจของแต่ละคน เช่น บางคนมีนาฬิกาใช้เรือนละร้อยก็พอใจแล้ว แต่บางคนนาฬิกาที่เขาใช้ต้องเรือนละเป็นหมื่นจึงจะพอใจ และเมื่อทำไปแล้วตนเองไม่เดือดร้อน หรือไปสร้างความสะดวกสบายให้กับผู้อื่น หนูก็คิดว่าแค่นี้คือการมีชีวิตที่พอเพียงนะ ”

ผู้วิจัยพบว่าการให้ความหมายของความพอใจในมุมมองของทอรุ่ง พาฝัน และไหม เป็นการให้ความหมายของความพอใจที่มาจากจิตใจของบุคคลที่รู้จักคำว่า “พอ” ให้กับตนเอง ดังนั้นไม่ว่าจะรูปลักษณะ สถานภาพทางเศรษฐกิจ สังคมอย่างไรเมื่อจิตใจของบุคคลรู้จักคำว่าพอทั้งความพอใจ และความพอดีให้กับตนเอง โดยไม่สร้างความสะดวกสบายหรือไปเบียดเบียนผู้อื่น ย่อมทำให้ความพอใจเกิดขึ้น โดยความพอของแต่ละบุคคลจะไม่เหมือนกัน ในขณะที่บางคนมีน้อยเขาอาจจะรู้สึกว่าเขาพอแล้ว ในขณะที่บางคนมีมีมากแล้ว เขาก็ยังรู้สึกว่าเขายังไม่พอก็เป็นไปได้ ดังนั้นบุคคลจะต้องหาจุดที่พอดีให้กับตนเองให้พบ ความพอใจก็อาจจะเกิดขึ้นกับบุคคลนั้นได้



### การประมาณศักยภาพ/ความสามารถของตนเอง

การรู้จักการประมาณตนเอง เป็นความหมายของความพอเพียงในมุมมองของกลุ่มตัวอย่างคือทิวลิป ซอปเปอร์ ปกป้อง ริต้า และต้นข้าว โดยพวกเขา มองว่าการที่บุคคลรู้จักตนเอง และรู้จักการประมาณตนเองทั้งฐานะทางเศรษฐกิจ และสังคม ในการดำรงชีวิตประจำวันหรือการที่จะกระทำการต่าง ๆ พวกเขาจะรู้จักตนเองว่าตนเองเป็นใคร สถานภาพเป็นอย่างไร โดยมีรายละเอียดดังนี้

#### พอประมาณกับฐานะของตนเอง

กลุ่มตัวอย่างประกอบด้วยทิวลิป ปกป้องและริต้า ให้ความหมายของความพอเพียง คือการที่บุคคลรู้จักฐานะทางเศรษฐกิจของตนเองเป็นอย่างไร และมีการใช้ชีวิตที่พอประมาณกับฐานะของตนเองที่ตนเองเป็นอยู่ โดยไม่ทำให้ตนเองหรือผู้อื่นเดือดร้อน ดังคำกล่าวต่อไปนี้

ทิวลิป : “ หนูมองว่าความพอเพียงคือการรู้จักพอประมาณกับสิ่งที่เราใช้จ่าย ไม่ฟุ่มเฟือย ซื้ออะไรก็ต้องมีเหตุผล คำนึงถึงประโยชน์ใช้สอย ไม่ใช่คิดอยากจะทำซื้อเพียงอย่างเดียว ต้องดูด้วยว่าเงินในกระเป๋าเรามีเท่าไร ”

ปกป้อง : “ ผมว่าความพอเพียง คือการประมาณตน ใช้เงินเท่าที่ตัวเองมี ใช้เงินตามความจำเป็น ใช้เงินอย่างรู้ค่า ถ้าผมมีเงินร้อยล้าน และไม่มีหนี้ ผมจะซื้อกระเป๋าใบละแสนบาทก็ได้ แต่ถ้ามีเงินแค่ 20,000 บาทจะซื้อกระเป๋าใบละ 10,000 บาท ผมว่ามันไม่จำเป็น ”

ริต้า : “ หนูมองว่าการที่เรามีการดำเนินชีวิตที่พอเหมาะกับฐานะของตนเอง คือชีวิตที่มีความพอเพียงที่สำคัญเราจะต้องรู้ว่าฐานะของเราเป็นอย่างไร รวยหรือจน ไม่ใช่จ่ายเงินเกินตัวจนทำให้ตนเองและครอบครัวเดือดร้อน จนทำให้ต้องกู้เงินมาใช้จ่าย เป็นหนี้สินอย่างนี้ถือว่าไม่พอเพียง ”

ทั้งทิวลิป ปกป้อง และริต้า ต่างให้ความหมายของความพอเพียงคือการที่บุคคลใช้ชีวิตที่ประมาณกับฐานะของตนเอง ไม่สร้างความเดือดร้อนให้กับตนเองและผู้อื่น โดยความพอประมาณนี้ขึ้นอยู่กับว่าบุคคลนั้นต้องรู้จักและยอมรับความเป็นจริงของตนเองอยู่ในฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมด้วย เพราะเมื่อบุคคลรู้จักว่าตนเองเป็นใคร ก็จะทำให้คนเหล่านั้นมีการประเมินตนเองว่าตนเองมีความสามารถ มีศักยภาพมากน้อยเพียงใด จึงจะนำไปสู่ชีวิตที่มีความพอเพียงได้

### ใช้ชีวิตที่เรียบง่าย

การใช้ชีวิตแบบเรียบง่าย ตามฐานะของตนเองเป็นความหมายของความพอเพียงในมุมมองของต้นข้าว ดังคำกล่าว “ หนูคิดว่าความพอเพียงในชีวิต คือการดำรงชีวิตที่เรียบง่าย สมถะ ไม่จำเป็นต้องใช้ของหรูหรา หรือใช้ของแบรนด์เนมอะไร ใช้จ่ายอย่างพอประมาณเหมาะสมกับฐานะของตนเอง ทำอะไรด้วยตนเอง สามารถพึ่งตนเองได้ และไม่สร้างความเดือดร้อนให้กับคนอื่น ”

กรณีของซอเปเปอร์มองว่าความพอเพียงของคนแต่ละคนไม่เท่ากัน บางคนมีความต้องการมาก บางคนมีความต้องการน้อย โดยบุคคลควรรู้จักการประมาณตนเอง ใช้ชีวิตตามฐานะของตนเอง ใช้ชีวิตที่เรียบง่าย ไม่ควรยึดติดกับวัตถุ สิ่งของ ดังคำกล่าว “ ผมมองว่าชีวิตของคนเรา ถ้าไปยึดติดกับวัตถุมากเกินไป ชีวิตก็ไม่มีความสุข ผมเห็นบางคนเขาร่ำรวยมาก แต่ผมก็ไม่เห็นว่าชีวิตของเขาจะมีความสุข เขายังแข่งขัน ไขว่คว้า เพื่อให้ได้เงินอยู่ สำหรับชีวิตของผมแค่นี้ก็เพียงพอแล้ว ผมมีชีวิตที่ไม่ลำบาก ใช้ชีวิตแบบธรรมดา ไม่ฟุ้งเฟ้อ เท่านั้นแหละคือความพอเพียงของผม ”

จะเห็นได้ว่ากลุ่มตัวอย่างต่างมองว่าความพอเพียงคือการที่บุคคลมีการประเมินตนเอง ในสถานภาพของตนเองว่าตนเองมีความสามารถ มีฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมอย่างไร นำไปสู่การคิด การตัดสินใจกระทำสิ่งต่าง ๆ ภายใต้ฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมที่เป็นจริงของตนเอง ผู้วิจัยพบว่าเงื่อนไขที่สำคัญที่ทำให้บุคคลรู้จักการประมาณศักยภาพ/ความสามารถของตนเองคือการเข้าใจและยอมรับความเป็นจริงของตนเองว่าตนเองเป็นใคร มีสถานภาพอย่างไร มีฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมอย่างไร เพราะเมื่อบุคคลสามารถยอมรับความเป็นจริงของตนเองแล้ว บุคคลก็จะสามารถดำรงชีวิตด้วยความพอเพียงจากการประมาณตนเอง

จากที่กล่าวมาผู้วิจัยมีข้อสังเกตที่น่าสนใจคือกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ที่ผู้วิจัยสัมภาษณ์ ต่างก็รู้ตัวและตระหนักในสถานภาพของตนเองเป็นอย่างดี พวกเขารู้ว่าพวกเขาเป็นใคร กำลังทำอะไร และมีบทบาทหน้าที่ที่ต้องแสดงอย่างไรบ้าง ทำให้การดำรงชีวิตประจำวันมีการประมาณตนเอง ไม่หลงไหล คลั่งไคล้ไปกับกระแสสังคม ไม่ทำให้ตนเองหรือผู้อื่นเดือดร้อน โดยความหมายของความพอเพียงในมุมมองของนักศึกษาที่รู้จักการประมาณตนเอง สอดคล้องกับกระแสพระราชดำริสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวความว่า “ พอเพียงนี้อาจจะมีมากอาจจะมีของหรูหรา ได้แต่ว่าต้องไม่ไปเบียดเบียนคนอื่น ต้องให้พอประมาณตามอัตภาพ พุดจากก็พอเพียง ทำอะไร ก็พอเพียง ปฏิบัติตนก็พอเพียง” (พระราชดำริสเนื่องในวโรกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา 4 ธันวาคม 2541)

### ชีวิตที่พอเพียงได้ด้วยเงิน

ในสังคมปัจจุบันค่านิยมและพฤติกรรมของบุคคลที่เน้นวัตถุและบริโภคนิยมทั้งในรูปของสินค้าอุปโภคบริโภค เสื้อผ้า แฟชั่น ทำให้มีการบริโภคเกินความจำเป็นส่งผลให้ "เงิน" กลายเป็นสิ่งที่จำเป็นและสำคัญที่สุดในชีวิต จากสภาพเงื่อนไขของสังคมในปัจจุบัน ทำให้กลุ่มตัวอย่างบางคนอธิบายความหมายของชีวิตที่พอเพียงคือชีวิตที่มีเงิน ถ้าไม่มีเงิน หรือได้รับความเดือดร้อนทางการเงิน ย่อมจะทำให้พวกเขาต้องไขว่คว้า แสวงหา ดิ้นรนเพื่อให้มีเงิน และจากสภาพสังคมปัจจุบันที่เงินเข้ามามีความสำคัญมากกว่าจิตใจ กลุ่มตัวอย่างคือแอนนา สมโชค แชมป์ ธาดา และน้ำใจ ต่างให้ความหมายของความพอเพียง คือชีวิตที่มีเงินใช้จ่ายโดยไม่เดือดร้อน ดังรายละเอียดต่อไปนี้

#### มีเงินเพียงพอที่ไม่ทำให้เดือดร้อน

กลุ่มตัวอย่างคือแอนนา และสมโชค มองความพอเพียงของตนเองว่าจะเกิดขึ้นจากการมีเงินใช้จ่ายในการดำรงชีวิตที่เพียงพอ ไม่เดือดร้อน หรือต้องไปกู้หนี้ยืมสินใคร ดังนั้นเงินคือเงื่อนไขสำคัญ ที่จะทำให้ชีวิตเกิดความพอเพียงได้ ดังคำกล่าวต่อไปนี้

แอนนา : " ความพอเพียงของหนู หนูคิดถึงเรื่องเงินก่อนนะ เพราะคนเราจะมี ความพอเพียง หรือความรู้สึกว่าตนเองจะมีความพอเพียงคือคน ๆ นั้นจะต้องมีเงินในระดับที่ทำให้ตนเองไม่เดือดร้อนเพราะถ้าไม่มีเงินชีวิตก็คงลำบาก ความพอเพียงคงไม่สามารถเกิดขึ้นได้ เพราะพวกเขายังมีความต้องการที่จะมีเงินเพื่อทำให้ชีวิตสุขสบาย ยังไม่นึกถึงเรื่องออมเงิน ขอให้ มีเงินใช้ก่อน "

สมโชค : " ผมว่าความพอเพียงคือความมีเงินใช้ในการดำรงชีวิตอย่างพอดี ไม่เดือดร้อน และไม่เป็นหนี้ ผมมองว่าถ้าใครไม่มีเงิน เขาก็ต้องดิ้นรนหาเงินเพื่อนำมาใช้ แล้วชีวิตของเขาจะเพียงพอได้อย่างไรในเมื่อเขาไม่มีเงินใช้ "

#### เงินเป็นสิ่งจำเป็นในการดำเนินชีวิต

แชมป์ ธาดา และน้ำใจ อธิบายว่าชีวิตที่พอเพียงคือชีวิตที่มีเงิน เพราะในสังคมปัจจุบันที่เต็มไปด้วยความแก่งแย่งแข่งขัน ชีวิตที่ต้องดิ้นรนต่อสู้ ทำให้เงินเป็นสิ่งจำเป็นในการดำเนินชีวิต ดังคำกล่าวต่อไปนี้

แชมป์ : " ความพอเพียงของผมอย่างน้อย จะต้องมียังยี่สิบมีเงินก่อน เพราะสามารถนำเงินไปซื้อสิ่งที่ต้องการได้ ผมมองว่าในยุคนี้เงินเป็นสิ่งจำเป็นนะ ถ้าใครไม่มีเงินต้องไปขอเขานั้น และเงินคือสิ่งที่ทำให้ชีวิตของผมมีความพอเพียงได้ "

ธาดา : “ ในสมัยก่อนผมคิดว่าเงินไม่จำเป็น จะทำอะไรก็ใช้การช่วยเหลือกัน แต่ในสังคมปัจจุบัน เป็นสังคมเห็นแก่ตัว เต็มไปด้วยการแก่งแย่ง เงินสามารถซื้อในสิ่งที่เราต้องการได้ ถ้าใครไม่มีเงินคงอยู่อย่างลำบาก ”

น้ำใจ : “ หนุมองว่าเงินเป็นสิ่งที่จำเป็นในการดำรงชีวิตในสังคมปัจจุบัน เพราะโลกยุคปัจจุบันทุกสิ่งทุกอย่างล้วนแลกด้วยเงิน แม้แต่ใจคนยังซื้อได้ด้วยเงิน ดังนั้นชีวิตของแต่ละคนจึงต้องมีเงินจึงจะสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ ”

สรุปได้ว่าทั้งแอนนา สมโชค แชมป์ ธาดา และน้ำใจ ต่างมองว่าความพอเพียงคือการที่บุคคลมี “เงิน” เพียงพอต่อการดำเนินชีวิตประจำวัน ผู้วิจัยพบว่าการที่กลุ่มตัวอย่างเหล่านั้นมีมุมมองต่อความพอเพียงที่ให้คุณค่ากับเงิน มองว่าเงินเป็นสิ่งจำเป็นที่สุดของชีวิต สืบเนื่องมาจากชีวิตในสังคมปัจจุบันภายใต้กระแสโลกาภิวัตน์ เทคโนโลยีและวัฒนธรรมต่างชาติ ที่หลั่งไหลเข้ามามีอิทธิพลต่อการดำเนินชีวิตประจำวันของคนไทย ทำให้เกิดความคลั่งไคล้ในวัตถุเงินจึงกลายเป็นสิ่งจำเป็นและสำคัญต่อการดำรงชีวิตในปัจจุบัน

กรณีของฟ้าใสให้ข้อคิดเห็นที่น่าสนใจว่าการที่บุคคลให้ความสำคัญกับเงินจนนำไปสู่การมองว่าชีวิตจะพอเพียงไม่ได้ถ้าชีวิตยังไม่มีเงิน/มีความเดือดร้อนเรื่องเงิน เนื่องจากการได้รับการอบรมเลี้ยงดูในครอบครัว โดยฟ้าใสบอกว่า “ หนูว่าความพอเพียงของแต่ละคนแตกต่างกัน เพราะการได้รับการเลี้ยงดูที่ต่างกันบางครอบครัวปลูกฝังให้บุตรหลานรู้จักคุณค่าของเงิน สอนให้ประหยัด อุดออม แต่บางครอบครัวก็ปลูกฝังบุตรหลานให้ใช้เงินง่าย ฟุ่มเฟือย อาจจะเป็นเพราะครอบครัวของเขาวยหรือไม่เดือดร้อนก็ได้ หนุมองว่าเด็กในสมัยนี้ส่วนใหญ่ได้รับการเลี้ยงดูด้วยเงิน ทำให้พวกเขาจึงไม่ค่อยรู้ค่าของเงินเท่าใดนัก ”

น่าสนใจกรณีของสีน้ำที่มองความพอเพียงคือการมีเงินใช้ไม่เดือดร้อน และรู้จักการใช้เงินให้เป็น แบ่งเงินใช้ให้เป็นสัดส่วนไม่ใช่มีเงินแต่ไม่รู้จักใช้เงิน โดยสีน้ำบอกว่า “ คำว่าพอเพียงเราเข้าใจแบบไหน ถ้าถามหนูคำว่าพอเพียงไม่ได้เป็นแค่การเจียดเงินใช้ ความพอเพียงคือการจัดจ้กใช้เงิน แบ่งเงินไม่ให้ใช้จนหมดแต่ก็ไม่ได้เก็บจนเหลือ เพราะความจริงเงินก็มีไว้ใช้ มีไว้เพื่อตอบสนองความต้องการและแสวงหาความสุขให้กับคนเราอยู่แล้ว ”

ผู้วิจัยพบว่าฐานะทางเศรษฐกิจและการอบรมเลี้ยงดูในกลุ่มตัวอย่างมีอิทธิพลทำให้พวกเขามองว่าเงินเป็นสิ่งสำคัญของชีวิต โดยกลุ่มตัวอย่างที่มีฐานะทางเศรษฐกิจที่ดี ไม่เดือดร้อนในเรื่องเงินจะมองความพอเพียงที่สัมพันธ์กับจิตใจ ขึ้นอยู่กับว่าแต่ละคนจะยอมรับตนเองหรือมีความพอใจในตนเองมากน้อยขนาดไหน ซึ่งอาจจะเป็นเพราะว่าในชีวิตประจำวัน เขามีเงินใช้ไม่เดือดร้อน ทำให้พวกเขาไม่ต้องดิ้นรน แสวงหาเพื่อให้ได้มาซึ่งเงินในการดำรงชีวิต ทำให้การ

มองความพอเพียง จึงไม่ได้มองไปที่การมีเงิน แต่มองไปที่จิตใจ ส่วนกลุ่มตัวอย่างที่มีฐานะทางเศรษฐกิจที่ไม่ค่อยดีเช่น แชมป์ ธาดา สมโชค จะมองความพอเพียงของตนเองคือการมีเงินเป็นหลัก อาจจะเป็นเพราะว่าฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวที่ขัดสน ต้องดิ้นรนเพื่อหาเงินมาใช้ในการดำรงชีวิตประจำวัน ชีวิตของพวกเขามีความลำบาก ทำให้พวกเขามองว่า "เงิน" คือสิ่งที่จะทำให้ชีวิตเกิดความพอเพียงได้

จากที่กล่าวมาทั้งหมดจะเห็นได้ว่ากลุ่มตัวอย่างต่างมีมุมมองต่อความพอเพียงที่แตกต่างกัน ประกอบด้วยความพอเพียงคือการมีความสุขในชีวิต, ความพอใจในสิ่งที่มีอยู่/เป็นอยู่, การประมาณศักยภาพ/ความสามารถของตนเองและชีวิตที่พอเพียงได้ด้วยเงิน ผู้วิจัยพบว่ามุมมองต่อความพอเพียงของนักศึกษาแต่ละคนมีความแตกต่างกัน เนื่องจากมุมมอง/การให้ความหมายต่อสิ่งต่าง ๆ จะมีแต่คนๆ นั้นที่รู้และตัดสินใจได้ว่าชีวิตที่กำลังดำเนินไปอยู่นั้นใช้ไปอย่างไรดี หรือว่าใช้อย่างระมัดระวัง และคงเป็นการยากที่เราจะมองดูคนอื่น ๆ แล้วตัดสินใจว่าชีวิตของใคร "พอเพียง" บางคนอาจคิดว่าการที่เขามีเงินใช้ชีวิตที่ต่ำกว่ามาตรฐานของเขาเรียกว่าพอเพียง เช่น ซื้อของที่ราคาถูก ทั้งที่มีเงินมากพอที่จะซื้อของที่มีคุณภาพดีกว่านั้น ส่วนคนที่ใช้จ่ายเงินลงทุนในสิ่งที่มีราคาสูง ทั้งที่ไม่มีเงินไม่ใช่ชีวิตที่พอเพียง เช่น ส่งลูกเรียนในโรงเรียนเอกชนที่มีค่าใช้จ่ายสูง และต้องลำบากในการหาเงินมาจ่ายค่าเล่าเรียน ดังคำกล่าวของ ไสว บุญมา (2550) ที่กล่าวว่า จะดำเนินชีวิตอย่างไรจึงจะเรียกว่ากระทำตามความพอประมาณ อาจพิจารณาบนฐานของความ "เพียงพอ" และ "พอเพียง" ความ "เพียงพอ" เป็นเรื่องของร่างกาย ส่วนความ "พอเพียง" เป็นเรื่องของจิตใจ ซึ่งหมายความว่าทุกคนควรหมั่นแสวงหาให้ได้มาซึ่งสิ่งที่จำเป็นเบื้องต้นสำหรับร่างกายด้วยวิธีที่สังคมยอมรับ เมื่อได้มาครบถ้วนเราเรียกว่า "เพียงพอ" และเมื่อได้ทุกอย่างเพียงพอแล้วก็รู้สึกพอใจ เราเรียกสภาพนั้นว่า "พอเพียง"

## การเรียนรู้การใช้ชีวิตแบบพอเพียงของนักศึกษา

การศึกษาและการเรียนรู้ของคนไทยแสดงออกมาในหลาย ๆ ลักษณะ ไม่ว่าจะเป็น การศึกษาโดยตรง หรือแสดงออกมาโดยอ้อมผ่านความเชื่อ ประเพณี พิธีกรรมและการดำเนินชีวิตอื่น ๆ ดังจะเห็นได้จากการใช้คำศัพท์ในภาษาไทยหลายคำที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาและการเรียนรู้ของมนุษย์ เช่น คำว่า เรียน เรียนรู้ ฝึกหัด พัฒนา ศึกษา ฝึกฝน อบรม นักเรียน นิสิต นักศึกษา บัณฑิต ปรากฏ เป็นต้น คำเหล่านี้แม้จะแตกต่างกันไปตามระดับชั้นของการใช้และแหล่งที่มาของคำศัพท์ แต่ก็บ่งบอกถึงนัยแห่งการศึกษาและการเรียนรู้นั่นเอง

การเรียนรู้การใช้ชีวิตแบบพอเพียงของนักศึกษาแต่ละคนขึ้นอยู่กับปัจจัยพื้นฐาน/เงื่อนไขหลายอย่างที่อยู่แวดล้อม ตลอดจนกระบวนการขัดเกลาทางสังคมที่หล่อหลอมให้นักศึกษาใช้ชีวิตแบบพอเพียง ดังที่ไพบุลย์ วัฒนศิริธรรม (2543) ได้กล่าวว่าปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเรียนรู้/เกิดจิตสำนึกมี 2 ส่วนคืออิทธิพลของปัจจัยภายในของแต่ละคน ความคิดไตร่ตรอง ในการตัดสินใจให้คุณค่าและการตีความ ซึ่งส่งผลต่อพฤติกรรมการแสดงออก และอิทธิพลของปัจจัยภายนอก เช่น สถาบันครอบครัว สถาบันการศึกษา สถาบันศาสนา กลุ่มเพื่อน และสื่อมวลชน โดยบุคคลจะซึมซับยอมรับ เกิดความตระหนักและนำมาปฏิบัติ

จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างนักศึกษาจำนวน 30 คน พบว่านักศึกษามีการเรียนรู้การใช้ชีวิตแบบเพียงในหลากหลายรูปแบบทั้งการเรียนรู้ทางตรงจากการได้รับการอบรมสั่งสอน การปลูกฝัง และการเรียนรู้ทางอ้อมโดยการลอกเลียนแบบจากบุคคลนัยสำคัญ สำหรับการเรียนรู้การใช้ชีวิตแบบพอเพียงของนักศึกษาในครั้งนี้ ผู้วิจัยพบว่ามียุทธศาสตร์ 2 ประการที่มีอิทธิพลต่อการเรียนรู้ของนักศึกษา ประกอบด้วย

1. *เงื่อนไขภายใน คือเงื่อนไขที่มาจากตัวนักศึกษา*
2. *เงื่อนไขภายนอก คือเงื่อนไขที่มาจากกระบวนการขัดเกลาทางสังคม*

### 1. เงื่อนไขที่มาจากตัวนักศึกษา

เงื่อนไขที่มาจากตัวนักศึกษาคือความเป็นตัวตนของนักศึกษาที่มีพัฒนาการมาตั้งแต่เด็กทั้งทางร่างกาย อารมณ์ สังคม สติปัญญา ที่ทำให้นักศึกษามีโลกทัศน์ วิธีคิด สติปัญญา ความสามารถในการคิดพิจารณา ไตร่ตรอง และประเมินสถานการณ์ต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน ประกอบด้วย การรู้จักความต้องการของตนเอง, การยึดติดของแต่ละบุคคล และการหักห้ามใจตนเอง โดยมีรายละเอียดดังนี้

### การรู้จักความต้องการของตนเอง

การรู้จักความต้องการของตนเอง เป็นเงื่อนไขหนึ่งที่ทำให้นักศึกษารู้จักความพอเพียงของตนเอง ดังกรณีของพาดิน ธาดา สมโชค และปูเป้ ที่มองว่าการที่บุคคลรู้จักตนเอง ว่าตนเองมีความต้องการอะไร รวมถึงความสามารถในการควบคุมความต้องการของตนเอง ย่อมทำให้ชีวิตของบุคคลนั้นรู้จักความพอเพียง ดังคำกล่าว

พาดิน : “ การที่เราจะมีความพอเพียงได้นั้น ขึ้นอยู่กับว่าเราคิดอย่างไร มีความต้องการแค่ไหน มีความพึงพอใจในสิ่งที่มีอยู่หรือไม่ โดยเงื่อนไขนี้หนูคิดว่ามีความสำคัญเพราะเป็นที่มาของอย่างอื่นอีกมาก ”

ธาดา : “ คนเราจะต้องรู้จักความพอดีของตนเอง ว่าความต้องการในชีวิตของตนเองเป็นอย่างไร ความพอดีในชีวิตเป็นอย่างไร แต่ละคนสามารถควบคุมความต้องการของตนเองได้มากน้อยขนาดไหน การที่บุคคลหาจุดพอดีให้กับชีวิตได้ ความพอเพียงก็จะเกิดขึ้น ”

สมโชค : “ ผมว่าความพอเพียงต้องเริ่มที่จิตใจและความคิด ถ้าเราคิดว่ามันพอก็พอ ถ้าเราคิดว่าต้องการมันก็ต้องแสวงหาไปไม่มีที่สิ้นสุด ดังนั้น การพอเพียงต้องเริ่มจากใจขอตนเองเป็นอันดับแรก ”

ปูเป้ : “ แต่ละคนต้องรู้จักพอกับความต้องการของตนเอง เพราะถ้าคนเราไม่รู้จักความต้องการของตนเอง เขาก็จะมีความต้องการไม่มีที่สิ้นสุด อย่างบางคนมีเงินไม่มาก แต่ชอบซื้อของที่มีราคาแพงเพื่อที่จะได้โอ้อวดกับเพื่อนแสดงว่าชีวิตเขายังไม่รู้จักความพอเพียง ”

น่าสนใจกรณีของสี่น้ำที่ฐานะทางบ้านร่ำรวย ทำให้การใช้ชีวิตเต็มไปด้วยความหรูหราฟุ่มเฟือย โดยสี่น้ำจะมีพฤติกรรมการซื้อของที่มีราคา และแบรนด์เนมส์ เพราะเพื่อน ๆ รอบข้างของสี่น้ำก็เป็นอย่างนั้น เมื่อสี่น้ำโตขึ้นมา กลับมีความคิดตรงข้ามกับความคิดในอดีตและเกิดความรู้สึก “เบื่อ” ในสิ่งที่ตนเองได้กระทำลงไป ดังคำกล่าว “ เมื่อก่อนหนูเป็นคนทีฟุ่มเฟือยมาก เสื้อผ้าที่ซื้อราคาเป็นพันบาทขึ้นไป อาจจะเป็นเพราะที่บ้านของหนูฐานะไม่ลำบาก จัดได้ว่าค่อนข้างรวยก็ได้ แต่ตอนนี้หนูกลับรู้สึกว้าของแพง ๆ เหล่านั้นกลับกลายเป็นเรื่องไร้สาระ ทำไมเราต้องมาแข่งขันกัน มาอวดกันมันเหมือนกับการที่เราวิ่งตามคนอื่นทำให้ไม่รู้จักตัวเอง หนูยังตกตัวเองเลยว่าจะใช้ไปได้อย่างไรกับของแพง ๆ สู้อาเงินไปใช้ทำอย่างอื่นได้มากกว่า ”

ดังนั้นการมองตนเอง การควบคุมตนเอง และการหาจุดพอดีให้กับชีวิตเป็นเงื่อนไขหนึ่งที่ทำให้นักศึกษารู้จักความพอเพียง เพราะถ้าบุคคลไม่พอใจในสถานภาพที่ตนเองเป็นอยู่ หรือการหาความพอดีให้กับตนเองไม่พบ แม้ว่าคนเหล่านั้นจะร่ำรวยหรือมีสิ่งอำนวยความสะดวกในการดำเนินชีวิตมากขนาดไหนก็ตาม ความพอเพียงก็คงไม่เกิดขึ้น

### การยึดติดของแต่ละบุคคล

การยึดติดกับวัตถุ/สิ่งของเป็นอีกเงื่อนไขหนึ่งที่ทำให้นักศึกษาเกิดความพอเพียงได้ การที่บุคคลยึดติดกับวัตถุหรือสิ่งใดสิ่งหนึ่งจนเกินไป ไม่สามารถละวางในสิ่งดังกล่าวได้ จะทำให้บุคคลนั้นหาจุดที่พอดีให้กับตนเองไม่พบ ทำให้ไม่รู้จักรักความพอเพียงในชีวิต ดังกรณีต่อไปนี้

ไอเล่ : " ถึงแม้ว่าสังคมจะเต็มไปด้วยสิ่งยั่วยุต่าง ๆ ทำให้คนอยากเป็นเจ้าของ เช่น โทรศัพท์มือถือรุ่นใหม่ ๆ ที่ออกมาเรื่อย ๆ แต่ผมคิดว่าขึ้นอยู่กับความคิดของแต่ละบุคคลว่าจะยึดติดกับมันหรือไม่ เพราะหากเราไม่ยึดติดกับสิ่งใหม่ ๆ ที่เข้ามาผมว่าชีวิตคนเราก็มีความพอเพียงได้ ถ้าคนมีการยึดติดกับวัตถุมากหรืออยากได้สิ่งของต่าง ๆ มาเป็นของตนเอง อยากเป็นเจ้าของของความพอเพียงก็คงเกิดขึ้นได้ยาก "

กอหญ้า : " หนูคิดว่านักศึกษาส่วนใหญ่รู้จักความพอเพียง เพียงแต่ว่าพวกเขารู้จักแต่นำมาใช้ อาจเป็นเพราะนักศึกษาอยู่ในช่วงวัยรุ่นที่อยากได้สิ่งของไว้โอ้อวดกัน เห็นเพื่อนมีอะไรก็อยากมีเหมือนเพื่อน "

น้ำค้าง : " เพื่อนในห้องหนูมีหลายประเภทมีทั้งยากจน ปานกลาง และมีฐานะร่ำรวย แต่หนูก็ไม่ได้เปรียบตัวเองกับเพื่อนนะ หนูมองว่าสิ่งใดที่ตนเองมีความสุขหนูก็ทำ หนูคิดว่าชีวิตหนูตอนนี้พอแล้ว พอสำหรับตอนนี้และมีความสุขแล้ว "

ปกป้อง : " บางทีของรุ่นใหม่ ๆ ออกมาผมก็อยากได้ แต่ผมมองว่ามันขึ้นอยู่กับพิจารณาของแต่ละคน เรามีแค่นี้เราก็ควรใช้แค่นี้ อย่างเพื่อนผมพอเขาเสียชีวิตได้รับมรดกจากพ่อมากเขาจึงใช้ชีวิตแบบหรูหรา เช่น ขับรถมาเรียนทั้งที่บ้านก็ใกล้โรงเรียน แต่ผมมองตนเองว่าเรามีแค่นี้พ่อแม่เราเป็นแบบนี้ผมจึงไม่เอาเขาามาเปรียบเทียบ เพราะคนเราเลือกเกิดไม่ได้แต่เราก็เลือกที่จะทำตนเองได้มากกว่า "

จะเห็นได้ว่าทั้งไอเล่ กอหญ้า น้ำค้าง และปกป้อง ต่างมองว่าการที่บุคคลรู้จักความพอเพียงนั้นจะต้องไม่ยึดติดกับวัตถุสิ่งของต่าง ๆ ในสิ่งที่ตนเองไม่มีหรือยังขาดอยู่แต่กลับเลือกมองในสิ่งที่ตนเองมีอยู่ในปัจจุบัน ไม่เปรียบเทียบตนเองกับคนอื่น เพราะการยึดติดกับวัตถุสิ่งของทำให้ชีวิตของคนเหล่านั้นมีความต้องการ หรือต้องแสวงหาเพื่อให้ได้ในสิ่งที่ตนเองยึดติด ทำให้ชีวิตของพวกเขายังไม่เพียงพอ



### การหักห้ามใจของตนเอง

เมื่ออยากได้ อยากมี อยากเป็นเจ้าของ ในบางครั้งสิ่งเหล่านั้นไม่อาจเกิดขึ้นได้ นักศึกษาบางคนเลือกที่จะหักห้ามใจตนเองเพื่อระงับต่อความต้องการที่เกิดขึ้น โดยความสามารถ ในการหักห้ามใจตนเองถือว่าเป็นอีกเงื่อนไขหนึ่งที่ทำให้บุคคลรู้จักคำว่าพอเพียง ดังกรณีของ พาดิน ปุยฝ้าย ดอกไม้ และเชอริ ดังคำกล่าว

พาดิน : “ อย่างเช่นแฟชั่นเสื้อผ้าใหม่ ๆ ออกมาในบางครั้งหนูก็เกิด ความอยากได้ มีความต้องการเหมือนคนอื่น โดยหนูจะถามตนเองก่อนว่าเรามีเงินเพียงพอที่จะซื้อไหม ถ้ามีก็ซื้อแต่ถ้าไม่มีเงินหรือมีเงินไม่พอหนูก็จะพยายามยับยั้งชั่งใจไว้ก่อน หนูจะบอกตนเองว่าของที่ มีอยู่ก็ดีอยู่แล้ว และมีคนอื่นในสังคมที่มีความลำบากไม่มีเหมือนเรามาก ”

ปุยฝ้าย : “ บางครั้งก็ต้องพยายามหักห้ามใจ เวลาอยากได้แล้วเงินไม่พอ หรือของนั้นมีราคาแพงเกินไป หนูก็จะบอกกับตนเองว่าอย่าเพิ่งเลย ยังไม่จำเป็นในตอนนี้อีกอย่างหนูยังต้องขอเงินที่สาวอยู่จึงไม่อยากจะสร้างความไม่สบายใจให้กับพี่สาว ”

ดอกไม้ : “ หนูว่าเด็กในปัจจุบันนี้ส่วนใหญ่ต่างก็พากันหลงไหลไปตามกระแส ตามแฟชั่น หนูมองว่ามันอยู่ที่การหักห้ามใจของแต่ละคนมากกว่า อย่างหนูจะบอกกับตนเอง ว่าของแบบนี้จะมีแบบใหม่มาเรื่อย ๆ ถ้าไม่ได้ซื้อวันนี้วันต่อไปอาจมีแบบใหม่ที่สวยกว่านี้ก็ได้ ”

เชอริ : “ ยุคปัจจุบันนี้มีเทคโนโลยีทันสมัยต่าง ๆ ที่ดึงดูดความสนใจของเรา ไม่ว่าจะเป็นโทรศัพท์มือถือรุ่นต่าง ๆ เกมส์ อินเทอร์เน็ต แฟชั่น เครื่องแต่งกาย หนูก็อยากได้นะ แต่หนูก็บอกตัวเองว่าเราเป็นใคร ฐานะเป็นอย่างไร สมควรที่จะซื้อหรือไม่ ”

จะเห็นได้ว่าทั้งพาดิน ปุยฝ้าย ดอกไม้ และเชอริต่างก็รู้ว่าตนเองเป็นใคร มีฐานะ ใช้อย่างไร ดังนั้นเมื่อพบเห็นสิ่งของที่อยากได้ แต่สิ่งนั้นไกลเกินกำลังของตนเองที่มีอยู่ พวกเขา เรียนรู้ที่จะหักห้ามใจตนเองเมื่อเกิดความต้องการขึ้นมา โดยแต่ละคนต่างมีคำอธิบายให้กับตนเอง เช่น การบอกกับตนเองว่าสิ่งของนั้นยังไม่จำเป็น ดังกรณีของปุยฝ้าย หรือการบอกกับตนเองว่าให้หาเงินด้วยตนเองได้ก่อนในกรณีของสีน้ำ และกรณีของพาดินที่บอกกับตนเองว่าของเดิมยังดีอยู่ ดังนั้นการหักห้ามใจตนเอง เมื่อพิจารณาว่าตนเองยังไม่เหมาะกับสิ่งของนั้น บุคคล ๆ นั้นก็รู้จัก ความพอเพียงได้

## 2. เงื่อนไขที่มาจาก การขัดเกลาทางสังคม

การขัดเกลาทางสังคมที่มีบทบาท และมีอิทธิพลต่อการดำเนินชีวิตของนักศึกษา ในสังคมปัจจุบันคือครอบครัว กลุ่มเพื่อน โรงเรียน และสื่อมวลชน เมื่อนักศึกษาได้รับการอบรม สั่งสอน ถ่ายทอดความรู้และการขัดเกลาทางสังคมอย่างถูกต้อง จะทำให้พวกเขาสามารถเรียนรู้ ค่านิยม กฎเกณฑ์ทางสังคม มีพฤติกรรมทางสังคมที่เหมาะสม

จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยพบว่านักศึกษาแต่ละคนมีการเรียนรู้การใช้ชีวิต แบบพอเพียงมาตั้งแต่เด็ก จากการได้รับการขัดเกลาจากตัวแทนทางสังคมประกอบด้วย

1. การขัดเกลาโดยสถาบันครอบครัว
2. การขัดเกลาโดยสถาบันการศึกษา
3. การขัดเกลาโดยกลุ่มเพื่อน
4. การขัดเกลาโดยสื่อสารมวลชน

### 1. การขัดเกลาโดยสถาบันครอบครัว

ครอบครัวเป็นสถาบันทางสังคมที่สำคัญที่สุดในการสร้างเสริมพัฒนาการของเด็ก เป็นสถาบันเบื้องต้นในการอบรมสั่งสอน ถ่ายทอดความรู้ ทักษะ ประสพการณ์ และค่านิยมให้แก่ เด็ก คอยขัดเกลาอุปนิสัยใจคอและการปฏิบัติให้ถูกต้องตามทำนองคลองธรรม ช่วยให้เด็กเรียนรู้ ว่าสิ่งใดดี สิ่งใดชั่ว สิ่งใดพึงปฏิบัติ สิ่งใดไม่พึงปฏิบัติ โดยเด็กมีการเรียนรู้จากการใช้ ชีวิตประจำวันร่วมกับบุคคลในครอบครัว และได้รับถ่ายทอดหล่อหลอมจากการฟังนิทาน นิยายที่ ผู้ใหญ่เล่าให้ฟัง ได้แบบอย่างจากการสนทนาและปฏิบัติกรงานอาชีพปกติของผู้ใหญ่ จากการ ช่วยทำงาน เช่น ทำงานบ้าน เลี้ยงน้อง เป็นต้น ดังคำกล่าวของประเวศ วะสี (2530 : 40) ที่ว่า การเลี้ยงดูและสิ่งแวดล้อมในวัยเด็กเล็กจะเป็นตัวกำหนดโครงสร้างทางสมองและพฤติกรรม ซึ่งจะมีลักษณะทางสร้างสรรค์หรือทำลาย เป็นคนที่มีความเยือกเย็น สุขุม หรือความเร่าร้อนไร้เหตุผล ขึ้นอยู่กับการเลี้ยงดูและสิ่งแวดล้อมในวัยเด็กเป็นสำคัญ หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งว่า บุคคลจะชั่วหรือ ดีอยู่ที่ว่า วัยเด็กเขาเป็นอย่างไร

จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยพบว่านักศึกษาแต่ละคนมีการเรียนรู้การใช้ชีวิต แบบพอเพียงอันเนื่องมาจากการได้รับการขัดเกลาโดยสถาบันครอบครัว ประกอบด้วย การเรียนรู้ จากสภาพแวดล้อมภายในครอบครัว , การปลูกฝัง/การอบรมจากสมาชิกในครอบครัว และ แบบอย่างการใช้ชีวิตของสมาชิกในครอบครัว โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

### การเรียนรู้จากสภาพแวดล้อมในครอบครัว

การเรียนรู้การใช้ชีวิตที่พอเพียงจากสภาพแวดล้อมในครอบครัวประกอบด้วย สภาพครอบครัวที่มีฐานะยากจน และสภาพครอบครัวที่มีความขัดแย้ง จากสภาพแวดล้อมภายในครอบครัวทั้งสองอย่างจะขัดเกลาให้นักศึกษาตระหนักในสถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคมของตนเอง และเป็นคติ/แง่คิดในการดำเนินชีวิต โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1) สภาพครอบครัวที่มีฐานะยากจน กลุ่มตัวอย่างคือปกป้อง ริด้า อาร์ท แชมป์ และซอนย่าที่พวกเขาเกิดและเติบโตมาในสภาพแวดล้อมของครอบครัวที่ยากลำบาก มีฐานะยากจนจากสภาพของครอบครัวทำให้พวกเขาเกิดการเรียนรู้ว่าพวกเขาจะใช้ชีวิตแบบคนทั่วไปไม่ได้ เพราะครอบครัวของเขายากจน ดังคำกล่าว

ปกป้อง : “ ผมเกิดมาในครอบครัวที่ลำบาก ตอนผมเด็ก ๆ พ่อกับแม่ลำบากมาก ผมต้องช่วยเหลือท่านทำงานที่บ้านทุกอย่างเพื่อแบ่งเบาภาระ จากประสบการณ์ในวัยเด็กทำให้ผมกลายเป็นคนที่ประหยัด อุดออม รู้ค่าของเงิน แต่น้องของผมตรงข้ามกับผม เขาเกิดมาในช่วงที่ครอบครัวผมตั้งหลักได้ พ่อกับแม่มีฐานะขึ้นมาทำให้น้องผมตอนนี้ใช้ชีวิตออกไปทางฟุ่มเฟือย ”

ริด้า : “ ครอบครัวของหนูเจอปัญหาเยอะมาก พ่อกับแม่ของหนูลำบากมาก ทั้งภาระหนี้สิน คำสั่งฟ้องจากศาล ไม่มีบ้านเป็นของตนเอง ต้องเช่าบ้านอยู่ จากความลำบากของพ่อและแม่ทำให้หนูเรียนรู้ที่จะประหยัด ไม่ใช่จ่ายจ่ายฟุ่มเฟือยเพราะเงินที่หนูใช้ของมันคือเงินที่มาจากหยาดเหงื่อและความลำบากของพ่อกับแม่ ”

อาร์ท : “ ฐานะทางบ้านของผมไม่ค่อยดี พ่อกับแม่มีลูก 3 คน ท่านต้องดิ้นรนสู้ชีวิตเพื่อเลี้ยงดูลูกทั้งสาม และผมก็รู้ตัวดีว่าผมมาจากครอบครัวที่มีฐานะยากจน พ่อกับแม่ก็คอยบอกให้ผมเจียมเนื้อเจียมตัวคอยเตือนให้ผมระลึกเสมอว่าผมเป็นใคร ฐานะเป็นอย่างไร เพื่อไม่ให้หลงลืมตนเอง ”

แชมป์ : “ ผมว่าการที่ผมมีวิถีคิดแบบนี้ มันมีพื้นฐานมาจากทางบ้านนะ เพราะที่บ้านผมไม่ได้มีฐานะร่ำรวยที่จะให้ผมใช้ชีวิตอย่างหรูหรา พ่อของผมเสียชีวิตแล้ว ผมอยู่กับแม่และยาย แม่เป็นแม่ค้าขายก๋วยเตี๋ยว ผมเรียนรู้ว่าในชีวิตของผมจะฟุ่มเฟือยไม่ได้ จะทำตัวเหลวไหลไม่ได้เพราะถ้าเหลวไหลผมก็ไม่มีอนาคต ทางบ้านคงไม่สามารถส่งเสียให้ผมเรียนใหม่ได้อีกไม่เหมือนเพื่อนของผมบางคนเขาเหลวไหล ไม่สนใจเรียน เรียนไม่จบแต่ที่บ้านเขามีฐานะร่ำรวย เขาก็เลยได้รับโอกาสดี เช่น กลับมาเรียนใหม่ได้ ไปลงเรียนการศึกษานอกโรงเรียนหรือไปเรียนของมหาวิทยาลัยเอกชนต่าง ๆ ได้ ”

ซอนย่า : “ แม่จะเล่าเรื่องในอดีตของแม่ให้หนูฟังว่าชีวิตของแม่ในอดีตเต็มไปด้วยความยากลำบาก แม่ต้องเข็นผักเพื่อไปขายในตลาด แม่ยากจนมาก ๆ เมื่อแม่ตั้งตัวได้ แม่จึงอยากที่จะส่งหนูให้เรียนสูง ๆ เพื่อที่จะได้มีงานที่ดีไม่ลำบากเหมือนแม่ ดังนั้นหนูจึงต้องมีการวางแผนชีวิต มีจุดมุ่งหมายของชีวิต เพื่อที่ชีวิตจะได้ไม่ลำบากเหมือนแม่ ”

จากที่กล่าวมาจะเห็นได้ว่ากลุ่มตัวอย่างทั้งหมดต่างเรียนรู้ความพอเพียง จากสภาพของครอบครัวที่มีความยากลำบาก ทั้งความยากลำบากในอดีตและกำลังประสบอยู่ในปัจจุบัน ทำให้พวกเขาเกิดการตระหนัก และยอมรับในสถานภาพของตนเองว่าครอบครัวมีความยากลำบาก มีฐานะยากจน พวกเขาเรียนรู้การประหยัด รู้ค่าของเงิน ไม่ฟุ่มเฟือย ไม่ประพุดิตนเหลวไหล รวมไปถึงการประพุดิตนในวิถีทางที่ถูกต้องเพื่อเป็นหลักให้กับคนในครอบครัว และเป็นข้อคิด/คติของการใช้ชีวิตต่อไป

2) สภาพครอบครัวที่มีความขัดแย้ง คือ กรณีของอ้อยใจกับน้ำค้างที่ครอบครัวมีปัญหา พ่อแม่ทะเลาะและแยกทางกัน หลังจากนั้นชีวิตของพวกเขาลำบากมากขึ้น จากความลำบากที่เกิดขึ้นทำให้พวกเขาต้องเตือนตนเองเป็นประจำเกี่ยวกับสถานภาพของตนเอง

อ้อยใจ : “ พ่อแม่แยกทางกันตอนที่หนูอยู่ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 หนูอยู่กับแม่ พ่อไปมีเมียใหม่ และพ่อก็หลงเมียใหม่ไม่มาสนใจดูแลลูกเลย แม่ต้องพาหนูเร่ร่อนหางานหาเงินมาให้เลี้ยงดูหนูกับพี่ หนูเห็นแม่ลำบากตั้งแต่เล็กทำให้หนูสงสารแม่มากทำให้หนูเรียนรู้การใช้ที่ประหยัด รู้ค่าของเงิน ”

น้ำค้าง : “ ที่บ้านหนูพ่อชอบกินเหล้า ดังนั้นเงินเดือนจากพ่อแทบไม่ได้ตกมาถึงครอบครัวเพราะพ่อจะเอาเงินไปกินเหล้ากับเพื่อน ๆ และทะเลาะกับแม่เป็นประจำ ทำให้แม่หนูต้องเป็นคนที่ยัดดอกคอกเก็บเงินเพราะต้องเลี้ยงดูลูกสาว 3 คน แม่จึงกลายเป็นเสาหลักของบ้าน แม่จึงเป็นแรงบันดาลใจและเป็นแบบอย่างในการดำเนินชีวิต ”

จากความขัดแย้งในครอบครัว ส่งผลให้การดำเนินชีวิตมีความยากลำบากอันเกิดจากความไม่รับผิดชอบของพ่อโดยกรณีของอ้อยใจ พ่อไปมีผู้หญิงคนใหม่ ส่วนน้ำค้างพ่อชอบกินเหล้า ทำให้พ่อของพวกเขาไม่สนใจในความเป็นอยู่ของครอบครัว ทำให้ครอบครัวประสบความยากลำบากทางด้านเศรษฐกิจ จากประสบการณ์ในชีวิตที่ทั้งอ้อยใจและน้ำค้างได้พบ ทำให้พวกเขารู้จักรับผิดชอบตัวเองเรียนรู้ที่จะนำบทเรียนในชีวิตครอบครัว มาเป็นคติในการดำเนินชีวิตของตนเองต่อไป

### การปลูกฝัง/การอบรมจากสมาชิกในครอบครัว

ในสังคมไทย พ่อแม่ถือได้ว่ามีบทบาทสำคัญต่อการกำหนดหรือเป็นแบบอย่างของค่านิยม/การแสดงพฤติกรรมของเด็ก ทำให้เด็กเกิดการเรียนรู้ โดยได้รับการถ่ายทอดค่านิยมจากพ่อแม่จากการอบรมสั่งสอน ปลูกฝังการประหยัด สอนให้เด็กเก็บเงิน รู้ค่าของเงิน นอกจากนี้ระดับพื้นฐานทางเศรษฐกิจและสังคมของบุคคล ได้แก่ รายได้ของครอบครัว ระดับการศึกษาและบิดามารดา อาชีพหลักของครอบครัว ฯลฯ มีส่วนเกี่ยวข้องกับความเป็นอยู่ของบุคคล ทำให้บุคคลได้รับประสบการณ์การเรียนรู้และการอบรมเลี้ยงดูที่ต่างกัน สิ่งเหล่านี้มีผลต่อพฤติกรรมที่แสดงออกความนึกคิด ทักษะคิด ที่แตกต่างกันไป ในกลุ่มตัวอย่างที่ครอบครัวมีการปลูกฝังการอบรมสั่งสอนให้สมาชิกในครอบครัวรู้จักการใช้ชีวิตที่พอเพียง ด้วยการประหยัด เก็บออม รู้ค่าของเงิน ประมาณฐานะของตนเอง ประกอบด้วย ปู่เป่ น้ำใจ แพรว และกระแต ดังคำกล่าวต่อไปนี้

ปู่เป่ : " ที่บ้านหนูจะสอนหนูมาตั้งแต่เด็กแล้วว่าให้ใช้จ่ายเงินอย่างประหยัด แม่บอกว่าเงินแต่ละบาทแม่หามาด้วยความยากลำบาก แต่เวลาใช้มันออกไปง่าย ดังนั้นเวลาหนูจะซื้อของอะไร หนูจะคิดว่าคุ้มค่าไหม ของสิ่งนั้นจำเป็นหรือไม่ ถ้าไม่จำเป็นมากหนูก็จะบอกตัวเองว่าเดี๋ยวค่อยซื้อจะไม่ตัดสินใจซื้อทันที "

น้ำใจ : " พ่อกับแม่ท่านสอนให้ใช้ชีวิตตามอัตภาพ ตามฐานะของตนเอง ไม่ให้ใช้ชีวิตแบบคนรวย อย่างเวลาซื้อของให้ลูกท่านจะไม่ตามใจลูก โดยจะคอยบอกทุกครั้ง เช่นของชิ้นนั้นซื้อไปแล้วเมื่ออาทิตย์ที่แล้ว หรือถ้าอยากได้ของเล่นต้องตั้งใจเรียน "

แพรว : " พ่อกับแม่จะสอนให้หนูรู้จักคำว่าพอดี สอนให้หนูรู้จักเก็บเงินเพื่อที่จะได้มีใช้ในอนาคต ตอนเด็ก ๆ เวลาที่หนูอยากได้ของเล่น พ่อกับแม่ก็จะบอกกับหนูว่าของเล่นเล่นแล้วก็พัง สู้นำเงินไปซื้อของกินของที่มีประโยชน์กว่าของเล่นจะดีกว่า ตอนนั้นหนูก็ไม่ค่อยเข้าใจว่าทำไมพ่อกับแม่ไม่ยอมซื้อให้ แต่เมื่อหนูโตขึ้นมาหนูจึงค่อย ๆ เรียนรู้ว่ที่ท่านกำลังสอนหนูอยู่คือความพอเพียง ทำให้ตอนนี้เวลาหนูจะซื้อของอะไรหนูจะดูเงินในกระเป๋า และดูว่ามันมีความจำเป็นหรือไม่ก่อนที่จะตัดสินใจซื้อของสิ่งนั้น "

กระแต : " ที่บ้านสอนหนูมาตั้งแต่เด็กให้รู้จักค่าของเงิน ท่านสอนหนูว่าเราไม่ใช่คนรวยนะเราต้องเก็บเงินจะได้มีใช้ในอนาคต เมื่อมีเงินก็อย่าใช้หมดควรมีเงินเก็บเป็นก้อนเอาไว้ เพราะถ้าเจ็บป่วยจะได้ไม่ลำบาก "

จะเห็นได้ว่าการประหยัด รู้ค่าของเงิน ไม่เหลวไหล ของปู่ เป๊ แพรว น้ำใจ และกระตือรือร้นเป็นผลมาจากการได้รับการอบรม ปลูกฝังจากสมาชิกในครอบครัวตั้งแต่เด็ก ทำให้พวกเขาซึมซับคำสอน และยึดถือนำมาเป็นหลักในการดำเนินชีวิต สอดคล้องกับคำกล่าวของเสรี วงศ์มณฑา (2542 : 156) ที่ว่าพ่อแม่ถือได้ว่าเป็นตัวแทนของการขัดเกลาทางสังคมที่มีความใกล้ชิดและมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคของเด็กเป็นอย่างมาก โดยเฉพาะในช่วงแรกของชีวิตเด็ก พ่อแม่เปิดโอกาสให้เด็กได้ทดลองใช้และสอนค่านิยมในการบริโภคให้กับเด็ก ลักษณะของการเลี้ยงดูดังกล่าวส่งผลให้เด็กได้รับอิทธิพลในการตัดสินใจเกี่ยวกับกิจกรรมต่าง ๆ ของเด็กอีกด้วย

นอกจากการปลูกฝังเรื่องการใช้จ่ายเงิน การรู้ค่าของเงินแล้ว ในบางครอบครัวก็มีการปลูกฝังหลักในการดำเนินชีวิต ด้วยความไม่ประมาท การเลือกคบเพื่อน เพื่อที่พวกเขาสามารถดำเนินชีวิตในสังคมเมืองได้ ดังกรณีของกลุ่มตัวอย่างคือเชอริ ธาดา และนาโน ที่กล่าวว่า

เชอริ : “หนูเป็นเด็กต่างจังหวัดที่มาเรียนหนังสือในกรุงเทพฯ พ่อกับแม่สอนหลักในการดำเนินชีวิต เช่น การคบเพื่อน ท่านสอนว่าต้องไม่เชื่อคนง่าย ให้เชื่อตนเอง และเลือกคบเพื่อนที่ดี ๆ ชวนกันเรียนไม่ชวนกันเที่ยว ”

ธาดา : “ พ่อกับแม่บอกกับผมว่าคนเราเลือกเกิดไม่ได้ แต่เลือกที่จะเป็นได้ ถ้าเรารวยมีเงินแต่ทำตัวไม่ดีไม่ประหยัดเงินก็จะหมดได้ ท่านสอนให้ผมมองคนที่ด้อยกว่าเรา คนที่จนกว่าเรา อย่าไปมองคนที่รวยกว่าเรา การที่เราเกิดมามีอวัยวะครบสามสิบสองก็พอแล้ว ทำให้ผมคิดว่าชีวิตของเราขึ้นอยู่กับการกระทำของตัวเอง เราถึงเราไม่ได้มีฐานะหรืออรัวยอะไร แต่เราก็สามารถที่จะมีความสุขได้จากการกระทำของเราเอง ”

นาโน : “ พ่อบอกกับผมว่า พ่อสามารถส่งผมเรียนหนังสือให้สูงที่สุดตามที่ผมอยากจะได้ การที่ผมจะเรียนหรือไม่เรียนเป็นเรื่องของผมเพราะอนาคตเป็นของผม ดังนั้นผมจึงต้องตั้งใจเรียนเพื่อให้คุ้มค่ากับที่พ่อได้เสียให้ผมเรียน ”

จากที่กล่าวมาจะเห็นได้ว่าในกลุ่มตัวอย่างที่มีการอดออม รู้จักการใช้เงิน เป็นผลสืบเนื่องมาจากพ่อแม่มีการอบรมสั่งสอน เป็นแบบอย่างการใช้ชีวิตให้กับลูก ทำให้เด็กเหล่านั้นซึมซับกับพฤติกรรมของพ่อแม่มาตั้งแต่เด็ก ดังคำกล่าวของวินัดดา ปิยะศิลป์ (2540 : 144) ที่ว่าการอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่จะส่งผลต่อพฤติกรรมและบุคลิกภาพของเด็กในช่วงวัยรุ่น ดังนั้นการปลูกฝังอบรมจากผู้ปกครองในครอบครัวทำให้นักศึกษาเหล่านั้นต่างซึมซับ ตระหนักนำมาประพฤติปฏิบัติจนเป็นนิสัยด้วยการใช้ชีวิตไม่ประมาท มีสติ ประหยัด รู้ค่าของเงิน

### แบบอย่างการใช้ชีวิตของสมาชิกในครอบครัว

นอกจากการอบรมสั่งสอนของพ่อแม่แล้ว การเห็นแบบอย่างในครอบครัวก็เป็นอีกเงื่อนไขหนึ่งที่ทำให้เด็กเกิดความคิด มีการตระหนักในสถานภาพของตนเอง จากค่านิยมการใช้ชีวิตของพ่อแม่ทั้งการอบรมสั่งสอน และการประพฤติตนเป็นแบบอย่างให้เห็นยอมส่งผลให้เด็กซึมซับค่านิยมจากพ่อแม่ ทำให้เด็กรู้จักคุณค่าของเงิน รู้จักใช้เงินให้เป็นประโยชน์ ดังกรณีของพาฝัน โอลิเอ่ อ้อยใจ และกระต่าย ที่กล่าววว่า

พาฝัน : “ ครอบครัวของหนูใช้ชีวิตแบบพอเพียงด้วยการไม่ฟุ่มเฟือย ที่บ้านหนูจะปลูกผัก ผลไม้กินเอง ใช้จ่ายอย่างรอบคอบ ที่บ้านจะสอนให้รู้จักประหยัด สอนการใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับคนอื่นในสังคม มีความเอื้อเฟื้อต่อกัน ”

โอลิเอ่ : “ ผมเห็นพ่อกับแม่เป็นแบบอย่างของการใช้ชีวิตแบบพอเพียง อาจเป็นเพราะว่าฐานะทางบ้านของผมน่าจะจนด้วย ของใช้แต่ละอย่างจะใช้จนสึกหรอ หรือใช้งานไม่ได้แล้วค่อยซื้อใหม่ ของกินก็จะทำกินเองและทำให้พอเหมาะกับคนในครอบครัว ”

อ้อยใจ : “ หนูคิดว่าอดีตของพ่อแม่มีผลต่อชีวิต และความคิดของหนูในปัจจุบันนะ อย่างเรื่องการใช้ชีวิตที่ระมัดระวัง ไม่ฟุ่มเฟือย เพราะครอบครัวเคยลำบากมาแล้วในอดีต ”

กระต่าย : “ หนูมองว่าครอบครัวของหนูใช้ชีวิตอย่างสันโดษ แม่เป็นผู้หญิงที่ใช้ชีวิตเรียบง่าย ไม่ฟุ้งเฟ้อ ไม่แต่งตัว อาจเป็นเพราะพฤติกรรมของแม่ตรงนี้ทำให้หนูตระหนักถึงการใช้ชีวิตที่พอดีกับตนเอง ”

จะเห็นได้ว่าทั้งพาฝัน โอลิเอ่ อ้อยใจและกระต่าย ต่างเห็นแบบอย่างการใช้ชีวิตแบบพอเพียงของสมาชิกในครอบครัว ทำให้พวกเขาเกิดการเรียนรู้ มีการยึดถือและนำมาปฏิบัติต่อไป โดยการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นสอดคล้องกับคำกล่าวของสุพัตรา สุภาพ (2531 : 23) ที่ว่าการอบรมเด็กของครอบครัว อุบนิสัย ทัศนคติ และความประพฤติของเด็กมักมีผลจากบ้านถ่ายทอดให้ โดยเฉพาะสภาพความเป็นอยู่ของบ้านมีผลต่อความรู้สึกนึกคิดของเด็กมาก เช่น บ้านที่ใช้จ่ายฟุ่มเฟือยไม่สอนให้เด็กรู้จักค่าของเงิน เด็กอาจติดเป็นนิสัย กลายเป็นคนสุร่ยสุร่าย นอกจากนี้จำนงค์ อติวัฒน์สิทธิ์ และคณะ (2549 : 50) อธิบายว่าเด็กจะได้รับอิทธิพลจากพ่อแม่ หรือผู้ปกครองที่ทำหน้าที่อบรมขัดเกลาบุตรหลานให้เป็นไปในแนวทางเดียวกับตน ซึ่งบางทีอาจไม่ต้องอบรมด้วยวาจา แต่อาจจะทำการอบรมโดยทางอ้อม คือโดยพฤติกรรม เด็ก ๆ มักจะเลียนแบบผู้ปกครองอยู่เสมอ

จากที่กล่าวมาสรุปได้ว่ากลุ่มตัวอย่างนักศึกษามีการเรียนรู้การใช้ชีวิตแบบพอเพียง จากสถาบันครอบครัว ด้วยการเรียนรู้จากสภาพแวดล้อมในครอบครัว, การได้รับการปลูกฝัง/อบรม จากครอบครัว และการเห็นแบบอย่างการใช้ชีวิตในครอบครัว นอกจากนี้ผู้วิจัยพบว่ารูปแบบของการอบรมเลี้ยงดูภายในครอบครัวก็มีส่วนทำให้เด็กซึมซับ และตระหนักถึงการใช้ชีวิตที่พอเพียง ด้วย โดยกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ต่างบอกว่าที่บ้านเลี้ยงดูโดยใช้หลักความเป็นประชาธิปไตย คือการให้ความรัก ความอบอุ่น พุดคุยกันตามหลักเหตุผล ให้อิสระในการตัดสินใจและแสดงความคิดเห็น นอกจากนี้ยังสอนให้เด็กช่วยเหลือตนเอง ช่วยเหลือครอบครัว แม้จะมีบางครอบครัวที่เข้มงวด แต่ก็ไม่ได้ตลอดเวลา มีบางครั้งที่ยังให้เด็กสามารถตัดสินใจด้วยตนเอง ซึ่งการเลี้ยงดูแบบนี้ทำให้เด็กเติบโตขึ้นมาด้วยความมั่นใจ สามารถคิดและตัดสินใจ ด้วยตนเอง มีเหตุผล รับผิดชอบต่อความคิดเห็นของคนอื่น จะเห็นได้ว่าความรักความเข้าใจของพ่อแม่เป็นปัจจัยเบื้องต้นในการสร้างพื้นฐานจิตใจที่ดีงามให้แก่เด็ก เด็กที่ได้สัมผัสกับความรักของพ่อแม่ย่อมมีจิตใจอ่อนโยน อบอุ่น และเป็นสุข อันเป็นภาวะที่เอื้อต่อการทำความดี สอดคล้องกับคำกล่าวของวราภรณ์ รักวิชัย (2529 : 11 – 17 ) ที่ว่าความแตกต่างของเด็กเกิดจากการอบรมเลี้ยงดูที่แตกต่างกันในวัยเด็ก จะมีอิทธิพลต่อลักษณะนิสัยที่ติดตัวเด็กไปตลอดชีวิต ตัวอย่างเช่น การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย จะทำให้ลูกเกิดความก้าวร้าว มีอารมณ์ไม่มั่นคง เรียกร้องความสนใจต่อผู้อื่นเพราะขาดความรัก ความอบอุ่น การเลี้ยงดูแบบคาดหวังเอาากับลูกมากเกินไป ลูกก็จะมีลักษณะขาดความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ขอบฟ้าผู้ใหญ่มากเกินไป ไม่กล้าตัดสินใจ ไม่เป็นตัวของตัวเองแต่การเลี้ยงดูแบบให้ความรักความอบอุ่นแบบประชาธิปไตย จะช่วยให้เด็กเป็นคนเปิดเผยเป็นตัวของตัวเอง มีเหตุผล มีความรับผิดชอบต่อตัวเอง มองโลกในแง่ดี สามารถปรับตัวและสามารถแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้ดี กล้าแสดงออก มีความเป็นผู้นำ รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าและเคารพสิทธิของผู้อื่น

## 2. การขัดเกลาโดยสถาบันการศึกษา

การศึกษาเป็นความต้องการขั้นพื้นฐานอย่างหนึ่งที่มนุษย์ยอมรับว่ามีความสำคัญที่จะทำให้นักเรียนอยู่ในสังคมได้ โดยมีโรงเรียน มหาวิทยาลัย และสถาบันการศึกษาอื่น ๆ เป็นศูนย์กลางของสถาบันการศึกษา บุคคลที่มีบทบาทต่อสถาบันการศึกษา ได้แก่ ครูอาจารย์ นักเรียน นักศึกษา และข้าราชการต่าง ๆ เป็นผู้ดำเนินกิจกรรมทางการศึกษา เพื่อให้สถาบันศึกษาดำรงอยู่ในสถาบันทางสังคมได้ ทานปยุทธ์ ปยุตโต (2537) กล่าวว่า "...การพัฒนาเยาวชนที่ถูกทิศทางนั้นจะต้องเน้นที่กระบวนการให้การศึกษาที่ถูกต้องโดยการเน้นจริยศึกษาควบคู่พุทธศึกษา มิใช่เป็นการศึกษาที่เน้นด้านวัตถุโดยมองข้ามความสำคัญของ



ศีลธรรม มิใช่การศึกษาที่สอนให้คนเรียนหนังสือเพื่อให้มีอาชีพแต่ไม่มีคุณธรรม การศึกษาที่ถูกต้องจะเป็นปัจจัยสำคัญในการพัฒนาบุคลิกภาพของเยาวชนให้เป็นที่พึงประสงค์ของสังคม โดยเฉพาะอย่างยิ่งท่ามกลางกระแสการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจและสังคมทั้งของสังคมไทยและสังคมโลก

มหาวิทยาลัยเป็นสถาบันการศึกษา ที่นักศึกษามีโอกาสได้พบเพื่อนรุ่นเดียวกัน ได้เรียนรู้สิ่งใหม่ๆ ทั้งวิชาความรู้ และประสบการณ์ชีวิต เรียนรู้การใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่น การทำงานเป็นหมู่คณะ ความรับผิดชอบงานต่างๆ ที่ได้รับมอบหมาย การช่วยเหลือเกื้อกูลกัน ความมีน้ำใจ เรียนรู้บทบาทการเป็นผู้ให้และผู้รับ รู้จักสิทธิและหน้าที่ของตนเองและผู้อื่น และยังได้เรียนรู้ความสัมพันธ์กับเพื่อนต่างเพศ โดยสิ่งต่างๆ ที่นักศึกษาเรียนรู้ในมหาวิทยาลัยจะช่วยให้เด็กพัฒนาไปสู่การมีทักษะการใช้ชีวิต ซึ่งเป็นรากฐานของการใช้ชีวิตในสังคมเมื่อโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ต่อไป

มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร เป็นมหาวิทยาลัยของรัฐ ตั้งอยู่ในเขตกรุงเทพมหานคร นักศึกษาที่มาเรียนมีทั้งนักศึกษาในเขตพื้นที่ใกล้เคียงคือกรุงเทพฯและปริมณฑล และนักศึกษาที่มาจากต่างจังหวัด ทำให้สังคมของมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนครมีความหลากหลาย นักศึกษาต่างจังหวัดเมื่อมาเรียนก็ต้องปรับตัวกับสภาพแวดล้อมของสังคมเมือง สภาพสังคมของความเป็นอุดมศึกษา ซึ่งมีลักษณะต่างไปจากสังคมของมัธยมศึกษา โดยสังคมของมหาวิทยาลัยจะมีการหล່หลอม การปลูกฝังเรื่องการเคารพนับถือ และระบบอาวุโสจากกลุ่มเพื่อน รุ่นพี่และครูอาจารย์ นอกจากนี้สภาพแวดล้อมในสถาบันการศึกษายังหล່หลอมให้นักศึกษาเรียนรู้วัฒนธรรมแบบบริโภคนิยม ขณะเดียวกันนักศึกษาก็ผ่านการลอกเลียนแบบทั้งทางตรงและทางอ้อมจากการเห็นวิถีการดำเนินชีวิตของอาจารย์ กลุ่มเพื่อนในสถาบัน

จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างผู้วิจัยพบว่านักศึกษาเรียนรู้การใช้ชีวิตแบบพอเพียงจากการได้รับการขัดเกลาจากสถาบันการศึกษาทั้งทางตรงและทางอ้อม การขัดเกลาทางตรงคือการได้รับการอบรมสั่งสอน ปลูกฝังจากครูอาจารย์ และการขัดเกลาทางอ้อมคือการเห็นแบบอย่างการใช้ชีวิตทั้งครูอาจารย์ กลุ่มเพื่อน รวมไปถึงสภาพแวดล้อม บรรยากาศการเรียนการสอน ทำให้นักศึกษาเกิดความตระหนักต่อการใช้ชีวิตของตนเอง ดังรายละเอียดต่อไปนี้

### การปลูกฝังและการเป็นแบบอย่างของครูอาจารย์

อาจารย์ในมหาวิทยาลัยมีการปลูกฝัง อบรมสั่งสอนให้นักศึกษา ประพฤติ ปฏิบัติตน ให้เหมาะสมกับสถานภาพและบทบาทของความเป็นนักศึกษา อบรมสั่งสอนทั้งทักษะวิชาชีพและทักษะการดำรงชีวิต โดยอาจารย์มีการอบรมสั่งสอนให้นักศึกษาประพฤติปฏิบัติ เช่น แต่งกายให้ถูกระเบียบ ตั้งใจเรียน การทำหน้าที่ของตนเองให้ดีที่สุด รับผิดชอบต่องานที่ได้รับมอบหมาย และนักศึกษาต่างมีการเรียนรู้ และนำคำสอนของอาจารย์มาปฏิบัติ ถือได้ว่าเป็นการขัดเกลาจากสถาบันการศึกษาทางตรง นอกจากนี้สถาบันการศึกษาก็มีการขัดเกลาทางอ้อมให้กับนักศึกษา ด้วยการที่อาจารย์มีการประพฤติปฏิบัติตนให้เหมาะสมกับสถานภาพของความเป็นอาจารย์ มีการแต่งกายเหมาะสมกับความเป็นอาจารย์ รวมไปถึงข้าวของเครื่องใช้ เครื่องประดับส่วนตัวของอาจารย์ที่นักศึกษาได้เห็น ทำให้พวกเขาเกิดการเรียนรู้ว่าสิ่งเหล่านั้นควรทำเป็นแบบอย่าง สิ่งใดที่อาจารย์ทำดี/ทำไม่ดี ดังรายละเอียดต่อไปนี้

ทิวลิป : “ หนูมองว่าอาจารย์เขาสอนพวกหนูทางอ้อมนะ บางวิชาอาจจะมีการบอกพวกหนูตรง ๆ ว่าให้พวกหนูตั้งใจเรียน มีความรับผิดชอบ แต่อาจารย์บางวิชาเขาสอนให้พวกหนูรู้จักการประหยัด เช่น การสั่งงานพวกหนูอาจารย์บอกว่าจะพิมพ์ก็ได้จะเขียนก็ได้ หนูมองว่าอาจารย์กำลังปลูกฝังความประหยัดให้กับพวกหนูนะ เพราะบางคนเขาไม่มีคอมพิวเตอร์ใช้ บางคนไม่มีเครื่องปริ้นท์ ถ้าต้องพิมพ์ก็ต้องมีค่าใช้จ่ายเพิ่มขึ้นไปอีก เวลาที่หนูพบอาจารย์ที่สั่งงานแบบนี้หนูเลือกที่จะเขียนส่งอาจารย์เพราะหนูจะได้ประหยัดเงินไม่ต้องจ่ายค่าปริ้นท์งาน ”

โลเล่ : “ นอกจากที่ผมจะฟังหรือปฏิบัติตามการอบรมสั่งสอนของอาจารย์แล้ว ผมก็มองที่ตัวของอาจารย์ด้วยนะเช่น อาจารย์บางคนสอนให้นักศึกษาเป็นคนตรงต่อเวลา คอยเช็คชื่อตลอดใครมาสายก็ถือว่าขาดเรียน ผมว่ามันก็ดีนะที่ทำให้นักศึกษาอยู่ในกฎระเบียบที่สำคัญอาจารย์ก็ไม่ควรที่จะเข้าห้องสอนสายด้วย เพราะผมมองว่าการที่คนจะสอนคนอื่นทำอะไรนั้น นอกจากจะสอนด้วยวาจาแล้ว คนๆ นั้นก็ควรเป็นแบบอย่างของความประพฤติที่ดีด้วย ผมจะไม่ศรัทธาอาจารย์บางคนที่ไม่ให้นักเรียนเข้าเรียนสาย แต่ตัวเองกลับมามาตรงต่อเวลา เข้าสอนสายเสียเอง ”

ดังนั้นการเรียนรู้การใช้ชีวิตแบบพอเพียงของนักศึกษาโดยสถาบันการศึกษานั้น อาจารย์จะต้องเข้าใจอย่างลึกซึ้งในเรื่องที่สอน สามารถถ่ายทอดให้นักศึกษาเข้าใจอย่างถูกต้องและครบถ้วนแล้ว อาจารย์จะต้องเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับนักศึกษา ทั้งในด้านคุณธรรม ความพอเพียง ต้องสร้างความศรัทธาให้กับนักศึกษา เพื่อให้ นักศึกษาปฏิบัติตาม และต้องเป็นแบบอย่างของการปฏิบัติจริงในทุกขั้นตอน วิธีการสอนที่ดีที่สุดคือการประพฤติตนเป็นแบบอย่าง

ซึ่งจะทำให้นักศึกษาซึมซับ เกิดการยอมรับ จนนำไปสู่การประพฤติปฏิบัติต่อไป ดังการศึกษาของ วุฒิ พลตรีและคณะ.(2547 : บทคัดย่อ) ได้เสนอแนวทางในการปฏิบัติตามหลักคุณธรรมจริยธรรม ของนักเรียนตามทฤษฎีของครูผู้สอนว่าผู้ใหญ่ควรเป็นแบบอย่างที่ดีในการทำงานและการอยู่ ร่วมกันของสังคม ครูและผู้ปกครองควรร่วมมือกันและจัดกิจกรรมส่งเสริมการมีคุณลักษณะที่ พึงประสงค์อย่างมีคุณภาพในทุก ๆ ด้านและควรให้นักเรียนได้นำหลักคุณธรรมจริยธรรมมาใช้ ในการดำเนินชีวิต

#### สภาพแวดล้อมในสถาบันการศึกษา

ในสังคมของมหาวิทยาลัยไม่ใช่มีเพียงแต่ชีวิตการเรียนการสอนในห้องเรียนเท่านั้น หากยังมีประสบการณ์การเรียนรู้ในมิติต่าง ๆ ช่วงเวลาต่าง ๆ ของแต่ละวันซึ่งประกอบขึ้นมาเป็น ชีวิตการเรียนรู้นักศึกษา หรืออีกนัยหนึ่งคือชีวิตการเรียนรู้นอกห้องเรียนในแง่มุมต่าง ๆ ด้วย เช่น การเรียนรู้จากกิจกรรมนอกหลักสูตร การใช้ชีวิตปฏิสัมพันธ์กับบรรยากาศรายรอบ มหาวิทยาลัย ทำให้นักศึกษาได้รู้จักสังคมที่ตนได้อาศัยอยู่อย่างแท้จริง จากการสัมภาษณ์กลุ่ม ตัวอย่าง ผู้วิจัยพบว่าสภาพแวดล้อมของมหาวิทยาลัยของรัฐ/เอกชนมีส่วนในการหล่อหลอม การใช้ชีวิตให้กับนักศึกษาได้ ดังกรณีของ ปูเป้ ซอปเปอร์ และน้อยหน้า ที่กล่าวว่า

ปูเป้ : “ หนูมองว่าสถาบันการศึกษามีส่วนอย่างมากในการหล่อหลอม ความคิดของนักศึกษานะ ต่อให้คน ๆ นั้นจะบอกตนเอง หรือได้รับการอบรมสั่งสอนมาดีให้ ประหยัดก็ตาม แต่ถ้าไปอยู่ในสภาพแวดล้อมของสถาบันการศึกษาที่มีแต่คนรวย ใช้ของแพง หนู มองว่าต้องมีบ้างที่อยากจะทำตามแบบอย่างคนเหล่านั้นไม่มากนักเลย อย่างหนูถ้าต้องไปเรียน ในที่ที่เพื่อน ๆ นำสิ่งของแพง ๆ มาอวดกัน หนูก็คงจะต้องอัพเกรดตัวเองเพื่อให้ตนเองดูไม่ต่าง หรือต่ำต้อยไปจากเพื่อนมากนัก ”

ซอปเปอร์ : “ เวลาผมไปหาเพื่อนที่มหาวิทยาลัยเอกชน ผมเห็นเขาใช้กระเป๋า ราคาแพง เสื้อผ้ามียี่ห้อ และขับรถมาเรียน กันเยอะมาก อาจเป็นเพราะว่าพวกเขามีเงิน มีความสามารถในการซื้อมาได้ ผมว่าสภาพแวดล้อมของมหาวิทยาลัยของเราไม่ได้แข่งขันอะไร กันมาก นักศึกษาส่วนใหญ่ไม่ได้ใช้ชีวิตฟุ่มเฟือย ทำให้ผมไม่รู้สึกว่าตนเองจะแตกต่างหรือด้อยไป กว่าเพื่อนคนอื่นแต่อย่างใด ”

น้อยหน้า : “ เพื่อนหนูที่เรียนมหาวิทยาลัยเอกชนมาเล่าปรับทุกข์ให้หนูฟังว่า เวลาเลิกเรียนเขาจะกลับบ้านเลย ไม่ได้ค่อยได้อยู่ทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อน ๆ เท่าใดนัก เพราะอยู่ใน กลุ่มเพื่อนจะเกิดความรู้สึกอึดอัด เพื่อน ๆ ชอบคุยอวดหรือเอาสิ่งของแพง ๆ มาอวด ทำให้เพื่อน หนูเบื่อ เมื่อเลิกเรียนก็กลับบ้านเลยไม่ไปสังสรรค์กับเพื่อนอีก ”

จะเห็นได้ว่าสภาพแวดล้อมของสังคมมหาวิทยาลัยมีส่วนสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิตตลอดจนการเปิดโลกทัศน์ให้นักศึกษามีมุมมอง วิถีคิดรูปแบบต่าง ๆ อันนำไปสู่การพิจารณาไตร่ตรองจนประยุกต์มาเป็นหลักในการดำเนินชีวิตให้กับนักศึกษาได้ โดยรูปแบบการเรียนรู้สังคมของมหาวิทยาลัยของรัฐจะมีลักษณะต่างไปจากของมหาวิทยาลัยเอกชน เห็นได้จากการศึกษาของคณะสถิติประยุกต์ สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์ (นริวรรณ จันตกานนท์ และคณะ, 2534 : 109-157) พบว่าค่าใช้จ่ายทางตรงของนักศึกษามีความสัมพันธ์ในทิศทางเดียวกันกับรายได้ของครอบครัว และค่าใช้จ่ายทางตรงของนักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนสูงกว่ามหาวิทยาลัยรัฐมาก แสดงว่าครอบครัวของนักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนส่วนใหญ่มีรายได้สูงกว่าครอบครัวของนักศึกษามหาวิทยาลัยรัฐ นั่นคือโอกาสที่นักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชน จะใช้จ่ายผ่านบัตรเครดิตเสริมจะมีมากกว่านักศึกษามหาวิทยาลัยรัฐบาล

### 3. การขัดเกลาโดยกลุ่มเพื่อน

นักศึกษาส่วนใหญ่ต่างให้ความสำคัญกับกลุ่มเพื่อน อาจเนื่องจากนักศึกษาเป็นวัยที่ต้องการได้รับการยอมรับในกลุ่มเพื่อนจึงต้องมีการปรับตัวเพื่อให้เข้ากับกลุ่มเพื่อน การที่นักศึกษามีปฏิสัมพันธ์ต่อกันในกลุ่มเพื่อน ทำให้เรียนรู้ในสิ่งที่เพื่อนมีการเปรียบเทียบตนเองกับเพื่อนในบางครั้งก็เกิดความต้องการ อยากมีในสิ่งที่เพื่อนมีเหมือนกันด้วย ดังคำกล่าวของจางง์ อติวัฒน์สิทธิ์ และคณะ (2549 : 48) ที่ว่าบุคคลจะคบกันเป็นเพื่อนเพราะมีสิ่งที่ต้องการร่วมกันบางประการ เช่น ความคิดตรงกัน มีรสนิยม มีงานอดิเรกที่เหมือนกัน เรียนอยู่โรงเรียนเดียวกัน หรือมีฐานะทางเศรษฐกิจหรือสังคมใกล้เคียงกัน เด็กมักจะเลียนแบบความประพฤติจากเพื่อนหากได้กลุ่มเพื่อนที่เรียบร้อย เด็กก็จะมีความประพฤติที่เรียบร้อย หากคบกลุ่มเพื่อนที่เกเร เด็กก็จะรับเอานิสัยที่ไม่ดีเอาไว้ จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างผู้วิจัยพบว่านักศึกษามีการเรียนรู้การใช้ชีวิตแบบพอเพียงจากการได้รับการขัดเกลาในกลุ่มเพื่อน เพื่อให้เป็นที่ยอมรับในกลุ่มเพื่อนด้วยการทำตามแบบอย่างเพื่อน และการเปรียบเทียบตนเองกับกลุ่มเพื่อน ดังรายละเอียดต่อไปนี้

#### การทำตามแบบอย่างของเพื่อน

เนื่องจากวัยรุ่นคบกับกลุ่มเพื่อนถือเป็นสิ่งที่คู่กัน การคบเพื่อนมีความสำคัญมากสำหรับวัยรุ่น กลุ่มเพื่อนจะมีอิทธิพลต่อทัศนคติ และพฤติกรรมของวัยรุ่นเป็นอย่างมาก วัยรุ่นมักจะเลือกเพื่อนที่มีรสนิยมตรงกัน มีทัศนคติคล้ายคลึงกัน

ปัจจุบันไม่มีใครปฏิเสธได้ว่าผู้คนทุกวันนี้พิถีพิถันกับผิวพรรณของตนเองอย่างมาก การใช้ ครีมบำรุงผิวเพื่อเสริมแต่งความงาม ทำให้มองดูอ่อนกว่าวัยเป็นที่แพร่หลายในชีวิตประจำวันของคนทั่วไปไม่ว่าผู้ชายหรือผู้หญิง ดังกรณีของแชมป์ที่สนใจดูแลตนเองตามอย่างเพื่อนโดยแชมป์กล่าวว่า " ผมเริ่มมาสนใจดูแลผิวพรรณตนเองตอนมาเรียนหนังสืออยู่ที่กรุงเทพฯ ตอนผมเรียนอยู่ที่ต่างจังหวัดก็ไม่ได้ดูแลตนเองเท่าใด อาจจะเป็นเพราะว่ากลุ่มเพื่อนที่อยู่ด้วยกันไม่มีใครสนใจและดูเป็นเรื่องไร้สาระด้วยซ้ำ เมื่อผมมาเรียนที่กรุงเทพฯ ผมเห็นเพื่อนแต่ละคนต่างดูแลผิวพรรณตนเอง ทำให้ผมสนใจที่จะดูแลตนเองมากขึ้น ผมไม่คิดว่าการดูแลผิวพรรณจะต้องเป็นเฉพาะผู้หญิง เพราะผิวของผู้ชายหรือผู้หญิงก็ต้องดูแลเหมือนกัน อย่างเพื่อนของผมใช้โฟมล้างหน้า จะให้ผมมาใช้สบู่อยู่อีกมันก็ไม่ได้ ผมก็ต้องติดกระแสนิยมบ้าง อะไรดี ๆ ก็ต้องลองใช้ ไม่ใช่อะไรเลยผมว่าคนเราอยู่ไม่ได้หรอก "

กรณีของดอกไม้ให้ข้อคิดเห็นเกี่ยวกับวัยรุ่นในปัจจุบันว่ามีความหลงใหลไปตามกระแสมีการเลียนแบบจากกลุ่มเพื่อน เนื่องจากวัยรุ่นเป็นวัยที่ต้องการการยอมรับในกลุ่มเพื่อน โดยดอกไม้บอกว่า " หนูว่าเด็กในปัจจุบันนี้ส่วนใหญ่ต่างก็พากันหลงใหลไปตามกระแส อาจจะเป็นเพราะเด็กวัยนี้อยู่ในช่วงวัยรุ่นที่เห็นเพื่อนมี ก็อยากมีแบบเพื่อน พวกหนูก็เป็นเหมือนกันเมื่อเห็นเพื่อนมีอะไรแปลกใหม่ ๆ พวกหนูก็สนใจ เกิดความอยากที่จะมีแบบเพื่อนด้วย แต่พวกหนูก็ไม่ได้เกิดความรู้สึกอย่างนี้ทุกครั้ง หนูจะพิจารณาจากความเหมาะสมและความพร้อมของตนเองประกอบด้วย "

กรณีของน้ำค้างแสดงความคิดเห็นว่าการใช้แฟชั่นที่ใช้จ่ายฟุ่มเฟือยเป็นเพราะได้รับการเลี้ยงดูด้วยการตามใจจากครอบครัว และต้องการทำตามแบบอย่างกลุ่มเพื่อนที่คบกัน ดังคำกล่าวที่ว่า " เด็กปัจจุบันนี้มีค่านิยมใช้ของ แบรินด์เนม มากขึ้น ซึ่งมาจากการคบเพื่อน อาจจะเป็นเพราะว่าเพื่อนที่คบส่วนใหญ่ใช้กันก็เลยต้องมีใช้ตามเพื่อนนอกจากนี้การเลี้ยงดูของครอบครัวที่ส่วนใหญ่จะตามใจลูกอยากได้อะไรก็ให้ ทำให้เคยตัว และใช้จ่ายเงินอย่างฟุ่มเฟือย ไม่เห็นคุณค่าของเงิน ทำให้คนเหล่านี้กลายเป็นคนฟุ่มเฟือยไป "

จากการที่ผู้วิจัยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพทำให้เข้าถึงข้อมูล ความคิด มุมมองของนักศึกษาในอีกแง่มุมหนึ่ง ประกอบกับนักศึกษาส่วนหนึ่งที่ผู้วิจัยสัมภาษณ์ คือนักศึกษาที่เคยเรียนกับผู้วิจัย ทำให้พบข้อสังเกตที่น่าสนใจคือประเด็นของการเล่น "พนันบอล" ของนักศึกษาผู้ชาย พวกเขามองว่าผู้ใหญ่อาจจะมองว่าพวกเขาเล่นพนันบอลนั้นผิด เขาเหล่านั้นกลับเลือกอธิบายเกี่ยวกับพฤติกรรมของตนเองว่าเขารู้ว่าเขาเป็นใคร กำลังทำอะไรอยู่ และเขาสามารถที่จะควบคุมตนเองได้ กลุ่มตัวอย่างคือ แชมป์กับนาโน ที่กล่าวว่า

แซมบี้ : “ผมเรียนรู้การเล่นพนันบอลจากการมาเรียนหนังสือที่กรุงเทพฯ ผมเห็นเพื่อนในห้องเล่น ผมก็เล่นตาม พวกผมชอบกีฬาฟุตบอลกันอยู่แล้วทุกคนจะมีทีมในดวงใจ เราเอาเรื่องที่ชอบมาคุยกัน แลกเปลี่ยนความคิดเห็นกัน เวลาเชียร์สนุกมาก กีฬาฟุตบอลเป็นแกนหลัก พนันบอลคือน้ำจิ้มที่ทำให้การคุยสนุกสนาน ตื่นเต้น เวลาที่ใครได้มากก็จะซื้อของกินมา กินกันในกลุ่มเพื่อน และถ้าใครเสียมากคนที่ได้ก็จะนำเงินที่ได้มาแบ่งปัน เวลาเล่นผมจะคิดหาข้อมูลก่อน ไม่เล่นส่งเดช และผมก็กันเงินไว้สำหรับการเล่นด้วย ผมไม่ทำให้ตนเองเดือดร้อน มันทำให้ผมมีภูมิคุ้มกันด้วยเพราะผมมีเพื่อนเยอะ ผมว่าน่าให้คนรู้จักว่าคนเราจะเล่นอย่างไรไม่ให้ตนเองเดือดร้อน ”

นาโน : “ ผมเห็นเพื่อนเล่นก็ลองเล่นดู แต่ผมก็ดูตัวเองนะไม่ใช่การเล่นจนเสียคนผมว่าพนันบอลมันไม่ได้ทำให้ชีวิตของผมติดลบนะมันทำให้ผมมีสังคมได้ผ่อนคลาย ถ้าเราดูบอล 2 ฝั่งมันก็ดูเฉย ๆ แต่ถ้าเราเลือกอยู่ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง มันก็จะยิ่งสนุกใหญ่ ผมเล่นก็จริงแต่ผมสามารถอยู่ได้ในแต่ละเดือน การเรียนก็ไม่เสีย ”

จากข้อค้นพบในประเด็นการเล่นพนันบอลของนักศึกษาชาย จะเห็นได้ว่าแหล่งเรียนรู้ “พนันบอล” ที่สำคัญของนักศึกษาคือกลุ่มเพื่อน โดยการเห็นเพื่อนเล่นก็เลยเกิดความอยากลองทำตามแบบอย่างเพื่อน จากคำอธิบายทั้งของนาโน และแซมบี้เห็นได้ว่าทั้งสองต่างก็รู้ว่าสิ่งที่ตนเองกำลังกระทำอยู่เป็นสิ่งที่ไม่ถูกต้อง แต่พวกเขาก็เลือกที่จะให้คำอธิบายกับผู้วิจัยในลักษณะที่เป็นการสร้างความชอบธรรมในการกระทำของตนเอง คือบอกว่าพวกเขาารู้ตัวว่าพวกเขาเป็นใคร กำลังทำอะไร และที่สำคัญพวกเขามีการประเมินตนเองในการเล่นแต่ละครั้ง และก็ไม่ได้ทำให้ตนเองหรือผู้อื่นเดือดร้อน ด้วยการกันเงินที่ได้รับในแต่ละเดือนไว้สำหรับเล่นพนันบอล จะเห็นได้ว่าการที่จะทำความเข้าใจในตัวตนของนักศึกษาในบางครั้งเราจะมองแค่เพียงการแสดงออกของพฤติกรรมอย่างเดียวไม่ได้ ต้องดูเหตุผลของการกระทำ ต้องดูว่าเขาคิดอย่างไร เขาให้ความหมายต่อสิ่ง ๆ นั้นอย่างไร ก็จะทำให้เกิดความเข้าใจในตัวของนักศึกษามากขึ้น

#### การเปรียบเทียบตนเองกับกลุ่มเพื่อน

ท่ามกลางกลุ่มเพื่อน นักศึกษาย่อมได้รับการขัดเกลาจากสภาพแวดล้อมกลุ่มเพื่อน ด้วยการนำตนเองไปเปรียบเทียบกับเพื่อนว่ามีความแตกต่างกับเพื่อนมากน้อยเพียงใด กรณีที่เปรียบเทียบกับเพื่อนแล้วแตกต่างจากเพื่อนมากย่อมที่จะทำให้เกิดความรู้สึกไม่สบายใจ หรือการพยายามทำตนเองให้เหมือนกลุ่มเพื่อน ๆ ขึ้นอยู่กับว่านักศึกษาแต่ละคนรู้จักตัวตนของตนเอง ควบคุมตนเองได้หรือไม่ นักศึกษาบางคนไม่สามารถควบคุมความต้องการของตนเอง อันเนื่องมาจากการเปรียบเทียบตนเองกับกลุ่มเพื่อนทำให้มีการแสดงพฤติกรรมที่ลอกเลียนแบบ

กลุ่มเพื่อน ในกรณีที่คนเหล่านั้นมีฐานะทางบ้านที่ร่ำรวย ไม่ขัดสน การมีพฤติกรรมใช้จ่ายแบบฟุ่มเฟือยตามเพื่อนก็คงไม่มีผลกระทบอะไรมาก แต่นักศึกษาบางคนกลับไม่รู้จักหรือหลงลืมสถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคมของตนเอง จนนำมาสู่การมีพฤติกรรมแบบฟุ่มเฟือยตามเพื่อน ดังกรณีของเพื่อนสีน้ำ โดยสีน้ำบอกว่า " เพื่อนที่จบมัธยมศึกษาปีที่ 6 รุ่นเดียวกันกับหนูส่วนใหญ่ ต่างก็เรียนต่อทั้งมหาวิทยาลัยเอกชนและมหาวิทยาลัยของรัฐ หนูไม่ได้มองว่ามหาวิทยาลัยของรัฐ หรือของเอกชนอะไรดีกว่ากัน เพื่อนของหนูเขาไปเรียนที่มหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่ง เขาสอบติดมหาวิทยาลัยของรัฐแต่เขาเลือกเรียนมหาวิทยาลัยเอกชนตามเพื่อนมันก็เป็นสิทธิ์ของเขาที่จะไปเรียน แต่ประเด็นมันอยู่ที่ว่าฐานะทางบ้านของเขาไม่ค่อยดี พ่อแม่ของเขาต้องทำงานหนักเพื่อหาเงินมาให้เขาเรียน ใคร ๆ ก็รู้ว่าสังคมของมหาวิทยาลัยเอกชนค่าครองชีพสูง แต่เพื่อนหนูเขาต้องการถึบตัวเองเพื่อให้ทัดเทียมกับเพื่อนคนอื่น ๆ สุดท้ายความยากลำบากก็มาตกที่พ่อกับแม่ของเขา "

กรณีของปูเป้และกลุ่มเพื่อนมีความน่าสนใจ เนื่องจากเพื่อนในกลุ่มที่ปูเป้คบหาอยู่นั้น ต่างก็พากันซัดกลาซีวิตแบบพอเพียงซึ่งกันและกัน โดยการนำสนอสิ่งของที่ตนเองหาซื้อมาได้ ในราคาถูกแล้วนำมาอวดกัน ใครก็ตามในกลุ่มเพื่อนที่ซื้อของได้ในราคาถูกที่สุดและดูดีที่สุด จะกลายเป็นที่สนใจ และเป็นความภาคภูมิใจของเพื่อนภายในกลุ่มไป โดยปูเป้กล่าวว่า " เพื่อนในกลุ่มที่คบกันส่วนใหญ่ฐานะก็ปานกลาง พวกหนูในกลุ่มชอบแข่งขันกันซื้อของแต่ไม่ใช่การแข่งขันกันมีของดี ๆ หรือของแพง ๆ แต่เป็นการแข่งขันการเอาของมาอวดว่าใครจะซื้อของที่ดูดี แต่มีราคาถูก อย่างกระเป๋าใบนี้ที่หนูใช้อยู่ดูดีไหมคะ หนูซื้อที่อนุสาวรีย์ไบละ 99 บาทแค่นั้น ใช้ประโยชน์ได้หลายอย่าง ใช้ไปซักพักถ้าเบื่อก็เปลี่ยนใบใหม่ได้ "

จะเห็นได้ว่าเด็กที่มีความต้องการเหมือนกับเพื่อน เพื่อที่พวกเขาจะพูดคุยในเรื่องเดียวกันได้เกิดความเข้าใจร่วมกัน ในวัยนี้จะมีการเปรียบเทียบสิ่งของกันให้อวดกันต้องการการยอมรับ ยกย่องชมเชยจากกลุ่มเพื่อน เห็นได้จากการศึกษาของพัชรินทร์ สิริสุนทร(2546) พบว่านักศึกษาต่างก็ยอมรับว่าพวกเขาได้รับอิทธิพลจากกลุ่มเพื่อนมากทั้งพฤติกรรม การใช้เวลาว่าง การปรับตัว การแต่งกาย และพฤติกรรมการเล่นพนัน ดังนั้นกลุ่มเพื่อนจึงเป็นแหล่งหรือสถาบันทางสังคมที่สำคัญที่ให้การสนับสนุน และให้ความมั่นคงทางจิตใจและสังคมแก่นักศึกษา

#### 4. การขัดเกลาโดยสื่อสารมวลชน

สังคมปัจจุบันที่วิทยาศาสตร์เจริญก้าวหน้าอย่างมากสื่อทางโทรทัศน์ วิทยุ ภาพยนตร์ สิ่งพิมพ์ เข้ามามีบทบาทต่อการดำรงชีวิตประจำวัน สื่อมวลชนเป็นแหล่งที่ให้การขัดเกลา ทั้งทางตรงและทางอ้อมเป็นแหล่งข้อมูลที่ให้สาระและข่าวสาร เพื่อเป็นประโยชน์ต่อการดำรงชีวิต การตัดสินใจ และการคาดหวังต่อชีวิตของบุคคล ส่งผลให้สื่อมวลชนรูปแบบต่าง ๆ ตอบสนอง ความต้องการของนักศึกษาได้อย่างหลากหลาย รวมไปถึงการกระตุ้นความต้องการบริโภคได้ อย่างไม่มีที่สิ้นสุด สื่อนับว่ามีอิทธิพลอย่างมากต่อการเรียนรู้ของเด็กและเยาวชน ส่งผลกระทบ ทั้งในเชิงบวกและเชิงลบ ตลอดจนมีพลังอำนาจต่อการเรียนรู้ของเด็กและเยาวชน เรื่องการปลูกฝัง ค่านิยม ความรุนแรง ทัศนคติ ความคิด เป็นต้น

อิทธิพลของสื่อมวลชนมีบทบาทสำคัญต่อการสร้างค่านิยมและพฤติกรรมในกลุ่มเด็ก วัยรุ่นอย่างมาก ทั้งนี้เป็นผลจากข้อมูลข่าวสารที่เด็กวัยรุ่นไทยได้รับทั้งจากภาพยนตร์ โทรทัศน์ วิทยุ อินเทอร์เน็ต และสื่ออื่นๆ กลายเป็นสิ่งที่เด็กวัยรุ่นรับรู้และซึมซับเข้าไปอย่างต่อเนื่องจน ก่อให้เกิดเป็นความเชื่อและค่านิยมทางสังคม ดังที่ ศาสตราจารย์ นพ. ประเวศ วะสี (2544) กล่าวว่า “ ถ้ามีการใช้สื่อสารเพื่อการศึกษาได้อย่างดี จะเป็นการสร้าง เจตคติ มโนธรรม และ ปัญญา พร้อมกันหมดทั้งชาติ ถือเป็นยุทธศาสตร์ทางปัญญาอย่างใหญ่ยิ่งยุทธศาสตร์หนึ่งและ เป็นการปฏิรูปการเรียนรู้อย่างขนานใหญ่ ” ทั้งนี้เนื่องจากสถาบันอื่นๆ ที่เคยมีบทบาทหลักใน การพัฒนาเด็กไม่ว่าจะเป็นครอบครัว วัด หรือแม้แต่โรงเรียนต่างก็อ่อนกำลังลงไปเนื่องจากกระแส การพัฒนาแบบทุนนิยมวัตถุนิยมที่ดึงเด็กไปกับกระแสวัฒนธรรมการใช้ชีวิตยุคใหม่ที่ “ร้อน เร็ว แรง” ในขณะที่สถาบันครอบครัว ศาสนา และการศึกษายังไม่อาจปรับตัวให้ทันกับกระแสการ เปลี่ยนแปลงได้นี้ สื่อสารมวลชนจึงเป็นสถาบันเดียวที่ดูจะ “โดนใจ” เด็กและครอบครองพื้นที่ส่วน ใหญ่ในชีวิตประจำวันของเด็ก

จากปรากฏการณ์โลกไร้พรมแดน ระบบข่าวสารและวัฒนธรรมไม่อาจปิดกั้นได้ต่อไป สังคมไทยนอกจากจะรับวัฒนธรรมตะวันตก โดยเฉพาะอย่างยิ่งวิถีชีวิตอเมริกันมาใช้แล้ว หนึ่งใน หลายวัฒนธรรมที่ไหลบ่าเข้ามามีอิทธิพลกับคนไทยไม่น้อยก็คือวัฒนธรรมญี่ปุ่น เกาหลี ที่เห็นได้ ชัดคือการแต่งกาย เครื่องประดับ หนึ่งการ์ตูน แฟชั่นที่เข้ามาวัยรุ่นไทยต่างก็เปิดใจยอมรับเห็นได้ จากการแต่งกาย การสะสมสิ่งของที่เกี่ยวข้องกับดาราคอนโปรด ดังกรณีของกระแตกับน้ำใจ ที่ชอบ แฟชั่นเกาหลี ดังคำกล่าวของกระแตที่ว่า “ หนูไปดูคอนเสิร์ตของนักร้องเกาหลี แล้วทำให้หนูเกิด ความคิดว่าการที่หนูไปสูจุดนั้นเป็นซูเปอร์สตาร์ ทำได้อย่างไร ต้องฝึกฝนขนาดไหน เวลาเขา แสดงหนูมองว่าเขาดูมีพลัง ทำให้หนูสนใจเกาหลีมากขึ้น ”



กรณีของน้ำใจจะติดตามความเคลื่อนไหวของดาราเกาหลีตลอดเวลา โดยเฉพาะการมาทัวร์คอนเสิร์ตที่ประเทศไทย โดยน้ำใจเล่าประสบการณ์ของการไปชมคอนเสิร์ตดาราเกาหลีให้ผู้วิจัยฟังว่า “ พอหนูรู้ว่าจะมาเปิดคอนเสิร์ตที่เมืองไทยหนูก็วางแผนเก็บเงินเพื่อจะซื้อบัตรเข้าชมหนูเก็บเงินมานานหนูประหยัดเงินมาก ๆ แต่หนูก็ขอแม่เพิ่มเติมนิดหน่อย หนูซื้อบัตรในราคาแพงที่สุดคือ 4,500 บาทเข้าชมเพื่อที่หนูจะได้ดูอย่างใกล้ชิด หนูว่าคุ้มค่ากับเงินที่ซื้อบัตรดูคอนเสิร์ต แม่บอกว่าแม่เข้าใจหนู เพราะแม่เคยเป็นเด็กมาก่อน แม่ไม่ยอมให้หนูพลาดโอกาสในการดูคอนเสิร์ตที่หนูชอบ ”

ผู้วิจัยพบว่าภายใต้ความคลั่งไคล้ดารา ของกระแตและน้ำใจ สะท้อนให้เห็นว่าพวกเขาไม่ได้คลั่งไคล้โดยปราศจากความคิด หรือไม่ได้คำนึงถึงผลกระทบ แต่พวกเขาเรียนรู้ ใช้ความคิด พิจารณาไตร่ตรอง จนนำมาสู่การเลือกวิธีการ การแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมและสอดคล้องกับตนเองมากที่สุด โดยกระแต ให้คำอธิบายว่าการคลั่งไคล้ดาราเกาหลี การสะสมก็มาจากเงินที่ตนเองเก็บสะสมเอง และทำให้รู้ภาษาเกาหลีมากขึ้น ส่วนน้ำใจให้คำอธิบายว่าการชื่นชอบดาราเกาหลีก็เป็นความชอบส่วนบุคคลที่ไม่ได้สร้างความเดือดร้อนให้กับใครไม่ได้ประพฤติตนเหลวไหล

จะเห็นได้ว่าการชื่นชอบดารา แฟชั่นตะวันออก ของวัยรุ่นไทยในปัจจุบันส่วนหนึ่งสืบเนื่องจากการได้รับการขัดเกลาจากสื่อสารมวลชน ทำให้วัยรุ่นไทยต่างเปิดใจยอมรับเห็นได้จากการแต่งกาย การสะสมสิ่งของที่เกี่ยวข้องกับดาราคนโปรด สอดคล้องกับการศึกษาของพัชรินทร์ สิริสุนทร(2546) พบว่า นักศึกษาไทยส่วนใหญ่ต่างยอมรับว่าตนเองลอกเลียนแบบการแต่งกาย หรือความประพฤติจากดาราที่ตนเองชื่นชอบ และนำมาสู่การใช้จ่ายเงินฟุ่มเฟือยตามโอกาส นักศึกษาที่มาครอบครัวที่มีความอบอุ่น จะมีความสามารถในการตัดสินใจ เลือกรับ และปฏิเสธข้อมูลข่าวสารที่ได้รับจากสื่อสารมวลชน หรือเทคโนโลยีสารสนเทศต่าง ๆ ”

กรณีของดอกไม้ ได้แสดงความคิดเห็นที่น่าสนใจว่าสื่อในปัจจุบันนิยมนำเสนอเฉพาะด้านลบของเยาวชน นักเรียน นักศึกษามากกว่าด้านบวก นำไปสู่การลอกเลียนแบบ เนื่องจากบางคนขาดความสามารถในการแยกแยะข้อมูลข่าวสารว่าอะไรดี อะไรไม่ดี โดยดอกไม้กล่าวไว้ว่า “ สื่อมวลชนในปัจจุบันไม่ค่อยนำเสนอด้านที่ดี ๆ ของเด็กเท่าไร นำเสนอแต่ด้านที่เสีย แม้ว่าจะเป็นแค่เด็กบางคน หรือเพียงกลุ่มเดียว สื่อก็นำเสนอให้เป็นเรื่องใหญ่ เป็นข่าวเกรียวกราว ภาพจากสื่อมวลชนที่กระตุ้นให้คนอยากที่จะประหยัด มีความพอเพียงนั้นมีน้อย สื่อที่กระตุ้นให้คนอยากบริโภค เช่น ใช้ 3 วันหน้าขาว มีเยอะมาก ทำให้ผู้บริโภคคือพวกเด็กขาดการแยกแยะทำให้เกิดความหลงใหลคลั่งไคล้ไปตามกระแสที่สื่อมวลชนนำเสนอมา ”

ไหมแสดงความคิดเห็นกับผู้วิจัยว่าครูอาจารย์ พ่อแม่ในปัจจุบันไม่ได้เข้าถึงตัวตนของนักศึกษาทำให้ขาดความเข้าใจ หรือมองนักศึกษาเพียงพฤติกรรม ขาดการมองถึงสาเหตุที่มา รวมไปถึงสื่อสารมวลชนในปัจจุบันภาพที่ปรากฏออกมามีแต่เรื่องแย่ของนักศึกษา ดังคำกล่าว “ อย่างอินเทอร์เน็ต ลองพิมพ์คำว่านักศึกษาเข้าไปจะพบว่ามีแต่ภาพของนักศึกษาแย่ ๆ การแต่งกายไป คลิป ชายตัว ทะเลาะวิวาท ข่าวหรือสื่อที่บ่งบอกถึงการทำความดีของนักศึกษามีน้อย เพราะคนไม่ค่อยสนใจอะไรที่เป็นเรื่องดี หรือสนใจเรื่องไม่ดีมากกว่าเรื่องดี บางครั้งก็ยังคงเคยคิดนะว่าการที่ทำดีแต่ไม่มีใครเห็น ต้องทำความชั่วดีไหมจะได้มีใครเห็น ”

น่าสนใจกรณีของทิวลิปและน้อยหน่า ที่บอกกับผู้วิจัยว่าพวกเขาเลือกเสพเนื้อหาที่สื่อนำเสนอ สื่อไม่ได้เป็นตัวชี้้นำหรือสามารถชักจูงความคิดของพวกเขาได้ทั้งหมด สื่อเป็นเพียงผู้เสนอสาร พวกเขาต่างหากที่เป็นผู้เลือกรับสารตามที่สื่อเสนอ จากกรณีของโฆษณาขายเสื้อผ้าแฟชั่นเครื่องประดับของหนังสือแฟชั่นทั้งหลาย ทิวลิปและน้อยหน่า ต่างแสดงความคิดเห็นที่สอดคล้องกันว่า โดยทิวลิปกล่าวว่า “ เวลาพวกหนูดูหนังสือแฟชั่น อย่างกระเป๋าราคาหนึ่งหมื่นห้าพันบาท รองเท้าคู่ละสองพันบาท กางเกงตัวละห้าพันบาท พวกหนูไม่ได้เกิดความรู้สึกว่าอยากที่จะได้สิ่งเหล่านั้น พวกหนูกลับคิดว่าของอะไรทำไมต้องราคาแพงขนาดนั้น ดีจริงหรือเปล่า คุ่มค่ากับเงินที่ซื้อหรือเปลาก็ไม่รู้ พวกหนูยังคิดเลยว่าสู้นำเงินตรงนั้นมาซื้ออย่างอื่น หรือไปทำอย่างอื่นได้อีกตั้งหลายอย่าง ”

จากที่กล่าวมาสรุปได้ว่าสังคมที่แวดล้อมนักศึกษาถือได้ว่ามีอิทธิพลต่อนักศึกษาเรื่องวิถีคิดและการใช้ชีวิตแบบพอเพียง โดยเฉพาะสังคมที่แวดล้อมตัวนักศึกษาโดยตรงอย่างครอบครัว และเพื่อน ซึ่งมีอิทธิพลต่อความคิดของนักศึกษาตั้งแต่วัยเด็ก กลุ่มคนเหล่านี้คอยใกล้ชิดและแสดงตัวอย่างพฤติกรรมต่าง ๆ ซึ่งรวมถึงพฤติกรรมพอเพียงด้วย ดังนั้นการที่จะให้เด็กรู้จักการใช้ชีวิตแบบพอเพียง ควรเริ่มปลูกฝังตั้งแต่แรกเกิดและเริ่มก่อตัวขึ้น จากความรักความอบอุ่นที่พ่อแม่ ญาติพี่น้องได้แสดงออกแก่เด็ก พ่อแม่จึงเป็นต้นแบบที่สำคัญในวัยเด็ก เมื่อถึงวัยเข้าสู่โรงเรียนครูเสมือนพ่อแม่คนที่สอง เด็กเชื่อในสิ่งที่ครูสอน ครูทำให้ดูเป็นตัวอย่างไม่ว่าตั้งใจหรือไม่ก็ตาม โดยการปลูกฝังคุณธรรมให้ได้ผลนั้น ทิศนา ขัมมณี (2546) อธิบายไว้ว่าการปลูกฝังค่านิยมใดให้ได้ผลจำเป็นต้องให้ผู้เรียนเห็นคุณค่าของสิ่งนั้น และเรียนรู้วิธีการที่จะกระทำสิ่งนั้น ๆ อย่างเหมาะสม เมื่อเห็นคุณค่าและรู้วิธีการแล้วก็สนับสนุนให้ลงมือทำจริง ปฏิบัติจริงอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอ ดังนั้นเมื่อเด็กได้รับการอบรมสั่งสอน ถ่ายทอดความรู้และการขัดเกลาทางสังคมอย่างถูกต้อง จะทำให้เด็กวัยเรียนสามารถเรียนรู้ค่านิยม กฎเกณฑ์ทางสังคม มีพัฒนาการด้านคุณธรรม จริยธรรม และพฤติกรรมทางสังคมที่เหมาะสม

## บทที่ 5

### พฤติกรรมกรรมการดำรงชีวิตแบบพอเพียงของนักศึกษา

ยุคโลกาภิวัตน์ เป็นยุคของการแสดงออกทางภาพลักษณ์และวิถีคิดผ่าน สินค้าในรูปแบบต่าง ๆ ที่แพร่กระจายไปทั่วโลกอย่างรวดเร็ว เป็นการเปิดโลกทัศน์การเรียนรู้แบบใหม่ ๆ มาสู่คนไทยให้ได้รับรู้ข่าวสารความเป็นไปในโลกและสิ่งที่เกิดขึ้นในต่างพื้นที่ รวมทั้งการไหลเวียนของวัฒนธรรม ผ่านช่องทางของเทคโนโลยีการสื่อสารและสารสนเทศประเภทต่าง ๆ และพื้นที่ทางวัฒนธรรมสำคัญ ๆ ทำให้ผู้คนมีทางเลือกต่อการดำเนินชีวิตได้หลากหลายรูปแบบ

นักศึกษาจัดได้ว่าเป็นปัญญาชน จะถูกคาดหวังจากสังคมว่าจะมีบทบาทและมีส่วนในการแก้ปัญหาและพัฒนาให้เกิดดุลยภาพในสังคม นักศึกษาในปัจจุบันกำลังเผชิญกับการสื่อสารในยุคของเทคโนโลยีข่าวสาร ซึ่งส่งผลกระทบต่อพฤติกรรม และการดำรงชีวิตของนักศึกษา ที่มีลักษณะของการกระตุ้นให้เกิดค่านิยมการบริโภคอย่างสูง นักศึกษาในปัจจุบันจำเป็นต้องมีทักษะชีวิตที่หลากหลายเพื่อการดำรงตนในสังคม การที่นักศึกษามีความเข้าใจในเรื่องความพอเพียง มีการยึดหลักเศรษฐกิจพอเพียงไปใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวัน อยู่แต่พอดี ไม่ฟุ้งเฟ้อ ใช้ชีวิตตามฐานะที่เป็นจริงของตนเอง ดำเนินชีวิตอย่างค่อยเป็นค่อยไป ใช้สติปัญญาในการดำรงชีวิต ไม่ให้หลงกระแสโลกาภิวัตน์ ตลอดจนการนำสิ่งที่เข้าใจไปขยายต่อชุมชนต่อสังคมของตนเอง เมื่อเป็นได้ดังนั้นก็ให้นำพาชาติไปสู่ความสุข

จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร ที่พักอาศัยอยู่หอพัก จำนวน 30 คน ผู้วิจัยพบว่านักศึกษาต่างมีพฤติกรรมกรรมการดำรงชีวิตแบบพอเพียงในหลายวิธี หลายรูปแบบ การแสดงพฤติกรรมมีลักษณะที่ครอบคลุมทั้งทางด้านเศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรม จิตใจ และสิ่งแวดล้อม โดยมีข้อค้นพบที่น่าสนใจคือประเด็นวิถีคิดในการใช้ชีวิตของนักศึกษาว่าพวกเขาไม่ได้ใช้ชีวิตด้วยการหลงไหล คลั่งไคล้ ตามกระแส โดยปราศจากเหตุผลรองรับ พวกเขาใช้ชีวิตท่ามกลางสังคมโลกาภิวัตน์ที่มีการประเมินตนเอง รู้เท่าทัน มีการปรับตัวได้ตามกระแสสังคม ยึดหลักเศรษฐกิจพอเพียงไปใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวัน โดยผู้วิจัยจะนำเสนอพฤติกรรมกรรมการดำรงชีวิตแบบพอเพียงของนักศึกษาในยุคโลกาภิวัตน์ ใน 5 ประเด็นหลักต่อไปนี้

1. พฤติกรรมการดำรงชีวิตแบบพอเพียงด้านเศรษฐกิจ
2. พฤติกรรมการดำรงชีวิตแบบพอเพียงด้านสังคม
3. พฤติกรรมการดำรงชีวิตแบบพอเพียงด้านวัฒนธรรม
3. พฤติกรรมการดำรงชีวิตแบบพอเพียงด้านจิตใจ
4. พฤติกรรมการดำรงชีวิตแบบพอเพียงด้านสิ่งแวดล้อม

### พฤติกรรมการดำรงชีวิตแบบพอเพียงด้านเศรษฐกิจ

จุดเด่นที่สำคัญของกระแสโลกาภิวัตน์ คือการที่ทั่วโลกสามารถส่งผ่านข้อมูลข่าวสารถึงกันได้อย่างรวดเร็ว ประชาชนเริ่มมีวิถีชีวิตเปลี่ยนไปจากเดิม เช่น มีเครื่องอำนวยความสะดวกมากมาย มีการนำเข้าสินค้าจากต่างประเทศ หรือ ค่านิยมในเรื่องการแต่งกายที่มีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอด โดยได้รับอิทธิพลจากสื่อโฆษณาตลอดจนสื่อต่างๆ ส่งผลคนในสังคมมีการบริโภค การจับจ่ายได้อย่างหลากหลาย

สถานการณ์ของประเทศในปัจจุบันเราควรดำเนินชีวิตอยู่บนพื้นฐานของความไม่ประมาทมีการจัดการความเสี่ยงในการดำรงชีวิต การเตรียมพร้อมรับมือกับความเสี่ยงในเรื่องต่างๆ ที่อาจเกิดขึ้นในอนาคต จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างเพื่อค้นหาพฤติกรรมการดำรงชีวิตแบบพอเพียงด้านเศรษฐกิจของนักศึกษาในสังคมปัจจุบัน ผู้วิจัยพบว่าพฤติกรรมของนักศึกษามีลักษณะของการวางแผนทางการเงิน, การใช้จ่ายอย่างมีสติ และการหารายได้เสริม โดยมีรายละเอียดดังนี้

#### การวางแผนทางการเงิน

การวางแผนทางการเงิน เป็นการสร้างวินัยทางการเงิน เพื่อเป็นเกราะควบคุมการใช้จ่ายเป็นการสร้างภูมิคุ้มกันในชีวิตที่ดี ไม่ให้มีการใช้เงินสุรุ่ยสุร่ายเกินไป เนื่องจากนักศึกษาที่ผู้วิจัยสัมภาษณ์เป็นนักศึกษาที่อยู่หอพัก เงินที่ใช้จ่ายส่วนใหญ่จะเป็นเงินที่ผู้ปกครองให้เป็นรายเดือน และให้นักศึกษาแต่ละคนบริหารจัดการเกี่ยวกับเงินที่ได้รับในแต่ละเดือนด้วยตนเอง จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างมีการใช้ชีวิตแบบพอเพียงด้านเศรษฐกิจ ด้วยการวางแผนทางการเงิน ประกอบด้วยการทำบัญชีรายรับ-รายจ่าย, การจัดสรรเงินที่ได้รับ, การเก็บออมอยู่เป็นประจำ และ เก็บสะสมเงินเพื่อซื้อในสิ่งที่ต้องการ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

### การทำบัญชีรายรับ-รายจ่าย

กรณีของเชอรี ไหม และต้นข้าว มีการจัดทำบัญชีรายรับ - รายจ่าย เพื่อที่จะดูว่าในแต่ละวันเงินถูกใช้ไปกับอะไรบ้างรู้ว่าเมื่อถึงสิ้นเดือนจะมีเงินเหลือเก็บอยู่เท่าไร หรือรู้ว่าเงินที่ได้รับในเดือนนั้นทำไมจึงไม่พอใช้ โดยการทำบัญชีรายรับ - รายจ่ายของนักศึกษาก่อให้เกิดผลดีต่อนักศึกษาเพราะจะทำให้พวกเขาได้มีการประเมินเรื่องการใช้เงินของตนเอง ซึ่งเป็นลักษณะของความพอประมาณกับฐานะของตนเอง ดังคำกล่าวต่อไปนี้

เชอรี : “ หนูทำบัญชีรายรับ-รายจ่ายไว้เสมอ เพราะจะได้รู้ว่าเราจ่ายอะไรไปบ้างในแต่ละเดือน เมื่อหนูได้รับเงินมากก็จะแบ่งเงินไว้เป็นส่วนๆ คือ ค่าหอพัก, ค่าการเรียนการสอน, ค่าอาหารการกิน, ค่าใช้จ่ายส่วนตัว และหนูก็จะซื้อของที่จำเป็นต้องใช้ก่อน ”

ไหม : “ เงินที่หนูได้รับ หนูจะจดบันทึกรายรับ-รายจ่ายของเงินที่ใช้ในแต่ละวันจนถึงสิ้นเดือน หนูจะได้ดูว่าหนูมีรายจ่ายอะไรบ้าง ถ้าเดือนไหนหนูมีเงินเก็บน้อย หนูก็จะมาดูว่ารายจ่ายใดที่ฟุ่มเฟือย หรือไม่จำเป็นจำพวกเสื้อผ้า เครื่องสำอางค์ หนูจะพยายามไม่ซื้อในเดือนต่อไป เพื่อที่หนูจะได้มีเงินเก็บมากขึ้น ”

ต้นข้าว : “ ทางบ้านจะส่งเงินมาให้ใช้เป็นรายเดือน เวลาหนูได้รับเงินมา หนูจะทำบัญชีรายรับ-รายจ่ายประจำวัน จะแบ่งเงินออกเป็นสามส่วน ส่วนที่หนึ่งใช้ในด้านค่าห้อง ค่าน้ำ ค่าไฟ ส่วนที่สองใช้ในด้านอาหารการกิน การเดินทางต่าง ๆ และส่วนที่สาม ใช้ในด้านการเรียนและอื่น ๆ หนูจะกำหนดว่าในวันหนึ่ง ๆ จะใช้เงินไม่เกินวันละ 150 บาท ถ้าเกินกว่านี้จะอยู่ไม่ถึงสิ้นเดือน การที่หนูทำบัญชีรายรับ รายจ่ายทุกวัน มันทำให้รู้ว่าวันนี้ใช้เงินไปเท่าไร เกินไปจากที่กำหนดไว้หรือเปล่า ”

จะเห็นได้ว่ากรณีของเชอรี ไหม และต้นข้าว มีการทำบัญชีรายรับ-รายจ่ายของตนเอง เพื่อที่จะดูว่าในแต่ละวันเงินถูกใช้ไปทำอะไรบ้างเป็นการฝึกการมีวินัยทางการเงิน เพื่อที่จะต้องอยู่ให้ได้ดีกับเงินที่ผู้ปกครองให้มาในแต่ละเดือน

### การจัดสรรเงินที่ได้รับ

กลุ่มตัวอย่างคือน้ำใจ สมโชค ทอรุ่ง และริต้า มีการจัดการกับเงินที่ได้รับในรูปแบบของการวางแผนการใช้ในแต่ละวันว่าจะใช้จ่ายอะไรบ้าง จะซื้อของที่มีราคาแพง ฟุ่มเฟือย หรืออยากได้วัตถุสิ่งของต่าง ๆ ก็คิดคำนวณถึงเงินในกระเป๋าที่มี บางคนก็มีการกันเงินที่ได้รับเก็บไว้ในยามที่ฉุกเฉิน หรือกันไว้สำหรับที่จะซื้อของในสิ่งที่อยากซื้อ ซึ่งเป็นการสร้างภูมิคุ้มกันทางเศรษฐกิจไปในตัว ดังรายละเอียดต่อไปนี้

น้ำใจ : “ที่บ้านให้เงินหนูสัปดาห์ละ 500 บาท ค่าหอพักต่างหากค่าหอเดือนละ 2,000 บาท แบ่งคนละครึ่งกับเพื่อน 2 คน ในแต่ละสัปดาห์หนูจะต้องอยู่ให้ได้กับเงินจำนวนนี้ หนูใช้เงินวันละ 100 บาท ไม่ให้เกินนี้ถ้าเหลือหนูก็จะเก็บไว้ ”

สมโชค : “ผมได้เงินจากทางบ้านเดือนละ 6,000 บาท ผมจะแบ่งเงินออกเป็น ส่วน ๆ คือค่าหอพักเดือนละ 2,000 บาท ผมพยายามใช้เงินในแต่ละอาทิตย์ไม่ให้เกิน 1,000 บาท ทั้งค่ารถ ค่าอาหาร ค่าอุปกรณ์การเรียนการสอน ”

ทอรุ่ง : “ หนูได้รับเงินแต่ละเดือนละ 4,000 บาท หนูแบ่งค่าหอพักกับเพื่อน 3 คน ๆ ละ 1,000 บาท เหลือเงิน 3,000 บาท จะต้องอยู่ให้ได้ทั้งเดือนกับเงินจำนวนนี้ ในแต่ละวัน หนูใช้เงินเพียง 70 – 80 บาท หนูใช้หลักการที่ว่าซื้อของเท่าที่จำเป็นจริง ตอนนี้มีรถเมล์ฟรี เวลามาเรียนหนูก็จะรอขึ้นรถเมล์ฟรียกเว้นบางวันที่รีบเร่งเท่านั้น ”

ริต้า : “ เงินที่หนูได้รับจากทางบ้าน เฉลี่ยแล้ววันละ 100 บาท เงินจำนวนนี้ สำหรับบางคนถือว่าเป็นจำนวนน้อย แต่หนูมองว่าเงินจำนวนนี้คือน้ำพักน้ำแรงของพ่อกับแม่ ที่ทำงานหาเงินมาส่งเสียหนู ดังนั้นหนูจึงจะต้องใช้เงิน 100 บาท ให้อยู่ได้ในแต่ละวัน ”

จะเห็นได้ว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ต่างได้รับเงินจากผู้ปกครองเป็นรายเดือน มีบางคนที่เป็นรายสัปดาห์ ผู้วิจัยพบว่าการที่นักศึกษาได้รับเงินเป็นรายเดือนเป็นสิ่งที่ก่อให้เกิดผลดีต่อนักศึกษาเพราะเป็นการฝึกความสามารถในการจัดการกับเงินที่ได้รับเพื่อให้สามารถอยู่รอดได้ในแต่ละเดือน จากการที่กลุ่มตัวอย่างทั้งหมดเป็นเด็กต่างจังหวัดทำให้ต้องเช่าหอพักอยู่ทำให้ในแต่ละเดือนนักศึกษามีค่าใช้จ่ายคงที่คือค่าหอพัก โดยค่าใช้จ่ายส่วนนี้กลุ่มตัวอย่างแต่ละคนมีการจ่ายที่มากน้อยต่างกันไปขึ้นอยู่กับความสะดวกสบายของหอพักและกลุ่มเพื่อนที่พักอาศัยอยู่ด้วยกันก็เป็นเงื่อนไขที่ทำให้ค่าใช้จ่ายของนักศึกษาประหยัดได้

#### การเก็บออมอยู่เป็นประจำ

การเก็บออมอยู่เป็นประจำของนักศึกษากลุ่มตัวอย่างคือทิวลิป และทอรุ่ง ถือได้ว่าเป็นการสร้างภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี เป็นการดำเนินชีวิตไม่ให้อยู่ในความประมาท เป็นการออมเงินเพื่อไว้ใช้จ่ายในคราวจำเป็น ดังรายละเอียดต่อไปนี้

ทิวลิป : “ หนูเก็บเงินแบบเด็ก ๆ ด้วยการบังคับตัวเองว่าทุกวันหนูต้องมีเงินหยอดกระปุกวันละ 5-10 บาท ถ้ามีเหลือมากกว่านี้ก็หยอดกระปุกเพิ่มขึ้น ในแต่ละเดือนได้ประมาณ 1,000 กว่าบาท เอาไว้ซื้อของเวลาที่อยากได้ เช่น โทรศัพท์มือถือเครื่องนี้ หนูก็เก็บเงินซื้อเอง ไม่รบกวนพ่อแม่ ”

ทอรั้ง : “ ในแต่ละเดือนถ้าเงินใช้ไม่หมด หนูก็เก็บสะสมไว้ เพราะบางครั้ง อาจมีเหตุฉุกเฉินที่ต้องใช้เงิน เวลาจะซื้อของหนูรู้สึกเสียดาย เพราะเก็บมานาน หนูไม่ค่อยนำเงิน ที่เก็บมาซื้อของเท่าใดนักเพราะเสียดายเงิน ”

กลุ่มตัวอย่างบางคนยังไม่ได้เก็บเงินอย่างเป็นทางการเป็นนิสัย แต่ก็มีความคิดที่จะเก็บเงิน เนื่องจากมีการพิจารณาถึงความจำเป็นของการเก็บเงินเพื่อเป็นทุนสำรองสำหรับการดำเนินชีวิตต่อไป ดังในกรณีของชอปเปอร์ที่บอกว่า “ ทุกวันนี้ผมก็ไม่ได้อยากได้อะไรในชีวิตผมคิดไว้ว่า อย่างน้อยต้องมีเงินเก็บ ผมมีเงินเก็บนะแต่ไม่มาก เพราะพอเริ่มมีมาก ก็ต้องถอนออกไป ผมตั้งใจไว้ว่าจะไปเปิดบัญชีที่ฝากประจำที่ถอนยากผมจะได้มีเงินเก็บเป็นก้อน ”

#### เก็บสะสมเงินเพื่อซื้อในสิ่งที่ต้องการ

นักศึกษาบางคนต้องการที่จะซื้อสิ่งของที่เขายากได้เขาจะใช้วิธีการเก็บออมเงินเพื่อซื้อในสิ่งที่ต้องการ โดยไม่รบกวนทางบ้าน ดังกรณีของทอรั้ง นาโน สมโชค และซอนย่า ดังรายละเอียดต่อไปนี้

ทอรั้ง : “ เวลาอยากซื้อของ หรือเสื้อผ้า หนูพยายามที่จะไม่รบกวนพ่อแม่ แต่จะเก็บเงินที่ได้รับในแต่ละเดือนเพื่อเอาไว้ซื้อของที่อยากได้ เวลาไปเที่ยวกับเพื่อนก็ใช้เงินจากเงินเก็บที่หนูเก็บไว้เอง ซื้อของก็ใช้เงินตรงนี้ ยกเว้นเวลาไปกับพ่อแม่ก็ใช้เงินพ่อแม่ ”

นาโน : “ สำหรับตัวผมเวลาอยากจะได้อะไรผมก็เก็บเงินซื้อเองนะ แต่ก็มีบ้าง บางครั้งที่เก็บเงินแล้วไม่พอจริง ๆ ก็จะไปรบกวนทางบ้าน อย่างคอมพิวเตอร์ที่ซื้อผมอยากได้ เพราะมันจำเป็นจริง ๆ ก็พยายามเก็บเงินซื้อแต่เงินที่เก็บยังไม่พอมผมก็จะขอทางบ้านเพิ่มเติม ผมต้องรีบซื้อ เพราะในช่วงนั้นคอมพิวเตอร์ลดราคา ”

สมโชค : “ เวลาที่ผมอยากไปเที่ยวกับกลุ่มเพื่อนหรืออยากจะทำอะไร จะไม่รบกวนทางบ้าน ผมจะเก็บเงินที่ทำงานให้ผมในแต่ละเดือนโดยการกินให้น้อยลง อะไรที่ไม่จำเป็นก็จะยังไม่ซื้อ ในบางครั้งก็จำเป็นจริง ๆ และเงินไม่พอมผมก็จะยืมเงินจากเพื่อนที่สนิทกัน พอผมได้เงินมาผมก็จะรีบคืนเพื่อนไปไม่อยากจะติดหนี้ใครนาน ๆ ”

ซอนย่า : “ แม่ให้เงินหนูเดือนละ 4,000 บาท เป็นค่าใช้จ่ายทุกอย่างรวมทั้งค่าหอพักด้วย แม่บอกว่าบ้านเราไม่ได้ร่ำรวยอะไรให้หนูบริหารให้ได้ดีกับเงินจำนวนนี้ ยกเว้นในเวลา ที่จำเป็นจริง ๆ หรือเรื่องการเรียนสามารถขอเพิ่มได้อีก แต่ถ้าเป็นเรื่องส่วนตัว เช่น เสื้อผ้า กระเป๋า โทรศัพท์ หนูต้องเก็บเงินซื้อเอง ”

จากพฤติกรรมของนักศึกษาทั้งการวางแผนการใช้จ่ายเงินในลักษณะของการทำบัญชีรายรับรายจ่าย การเก็บออมอยู่เป็นประจำ การใช้จ่ายเงินอย่างคุ้มค่า เหมาะสมกับศักยภาพของตนเอง เป็นการใช้ชีวิตอย่างพอเพียงและสมดุลกับเงินที่ได้รับในแต่ละเดือน ส่งผลให้พวกเขาเป็นบุคคลที่มีภูมิคุ้มกันทางเศรษฐกิจ การมีภูมิคุ้มกันที่ดีจะช่วยให้การดำรงชีวิตอยู่ได้ในลักษณะไม่เสี่ยงมากจนเกินไป ไม่ได้รับผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้น

### มีการใช้จ่ายอย่างมีสติ

หลักความพอเพียงสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้หลากหลายรูปแบบ เช่น การอุปโภค บริโภคสิ่งของเครื่องใช้ต่าง ๆ ต้องมีการตระหนัก ใคร่ครวญอยู่เสมอว่าจะใช้อย่างไรให้เกิดความคุ้มค่าที่สุด ประหยัดที่สุด สิ่งของเครื่องใช้ใดที่มีราคาแพงต้องมีการพิจารณาว่าสมควรที่จะจ่ายเงินเพื่อซื้อหรือไม่ พิจารณาว่าเงินที่ตนเองมีมากน้อยเพียงใด และเมื่อซื้อไปแล้วจะนำมาซึ่งความยากลำบากในการดำเนินชีวิตหรือไม่

จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างที่มีการใช้ชีวิตแบบพอเพียงด้านเศรษฐกิจ ด้วยการใช้จ่ายอย่างมีสติ ประกอบด้วยการใช้จ่ายเงินเท่าที่จำเป็น ใตฺตรองรอบคอบก่อนตัดสินใจ และความคุ้มค่าของเงินที่เสียไป ดังต่อไปนี้

### ใช้จ่ายเงินเท่าที่จำเป็น

กรณีของแชมป์ น้ำใจ เซอริ และพาฝัน มีการใช้จ่ายเงินที่ได้รับในแต่ละเดือนอย่างมีสติ ด้วยการเลือกที่จะจ่ายเงิน/ใช้เงินในสิ่งที่พวกเขาพิจารณาแล้วเห็นว่าสิ่งนั้นเป็นสิ่งจำเป็น และมีความคุ้มค่าที่ซื้อ มากกว่าการที่จะซื้อเพียงเพื่อตอบสนองของความอยากได้ของตนเอง หรือซื้อเพียงเพื่อเป็นแฟชั่น ดังคำกล่าวต่อไปนี้

แชมป์ : “ คอมพิวเตอร์ของผมใช้มา 5-6 ปีแล้วยังใช้ได้ตืออยู่ เพื่อนมาใช้เครื่องของผมหาว่าคอมพิวเตอร์ของผมช้า เก้า ซึ่งของเพื่อนผมจะเปลี่ยนตามรุ่นใหม่ที่มีมาตลอด ถ้าผมจะซื้อคอมพิวเตอร์เครื่องใหม่ก็ซื้อได้ ประมาณหนึ่งหมื่นถึงสองหมื่นแต่ผมไม่อยากจะซื้อเพราะเครื่องเก่ายังใช้ได้ตืออยู่ ผมไม่ใช่คนที่ตามกระแส ถ้าผมจะซื้อจริงๆ ก็จะต้องให้ตกรุ่นก่อนเพราะราคาจะถูก ผมว่าของบางอย่างมันแพงเพราะมันออกมาใหม่คนก็เลยสนใจมาก แต่เวลาผ่านไปไม่มีใครสนใจราคาก็จะถูกลงเอง ”

เซอริ : “ ก่อนที่จะซื้อของแต่ละครั้ง หนูจะคิดก่อนว่าของสิ่งนั้นว่าซื้อไปแล้วเอาไปทำอะไร และใช้ประโยชน์ตรงตามที่หนูต้องการหรือไม่ ของบางอย่างไม่มีความจำเป็นที่จะต้องซื้อเท่าใดนัก เช่น ตุ๊กตา น้ำหอม ”



น้ำใจ : “ เสื้อผ้าที่หนูซื้อใส่เป็นประจำหนูไม่ซื้อยี่ห้อหรือเพราะมันแพง เสื้อผ้าตัวละ 100-200 ก็ใส่ได้แล้ว หนูจะซื้อของโดยมองที่ราคาก่อนว่าคุ้มไหม และจะคิดไปถึงความยากลำบากในการหาเงิน ดังนั้นการใช้จ่ายเงินแต่ละครั้งจะคิดให้รอบคอบก่อนที่จะตัดสินใจ ”

พาดิน : “ การเป็นหนูมาจากต่างจังหวัดเข้ามาอยู่ในเมืองที่ชีวิตประจำวันต้องรับผิดชอบตนเองอย่างมาก พ่อแม่ก็ไม่ได้มีฐานะร่ำรวย ดังนั้นหนูจึงต้องยึดหลักของความพอเพียงเพื่อที่จะได้อยู่ได้ในแต่ละเดือนใช้จ่ายอย่างประหยัด ไม่ใช้จ่ายฟุ่มเฟือย สิ่งไหนยังไม่จำเป็นก็จะยังไม่ซื้อ ”

#### ไตร่ตรองอย่างรอบคอบก่อนตัดสินใจ

ก่อนที่จะตัดสินใจซื้อ/ไม่ซื้อของในแต่ละครั้ง กลุ่มตัวอย่างส่วนหนึ่งจะมีการพิจารณาไตร่ตรองอย่างรอบคอบก่อนที่จะตัดสินใจ เพราะการตัดสินใจไปแล้วจะแก้ไขไม่ได้ การไตร่ตรองนี้จะเป็นการพิจารณาความจำเป็นจากตนเอง และการหาข้อมูลประกอบการตัดสินใจ ถือได้ว่าได้ยึดหลักของเศรษฐกิจพอเพียงในการดำเนินชีวิตเพราะมีความพอประมาณกับฐานะของตนเอง ดังรายละเอียดต่อไปนี้

แพรว : “ ก่อนที่จะซื้อของหนูจะคิดคำนวณแล้วว่าของที่ซื้อคุ้มค่างกับเงินของเราที่เสียไปหรือไม่ อย่างเครื่องคอมพิวเตอร์หนูซื้อมาเป็นของตัวเองของหนู โดยเลือกซื้อในราคาที่สูงหน่อย แต่คุณภาพดี ไม่ใช่เครื่องราคาถูกแต่คุณภาพไม่ดี ซ่อมแล้วซ่อมอีก ไม่คุ้มค่างเท่ากับซื้อเครื่องเดียวราคาแพงแต่ไม่เสี่ยง่าย และเป็นการประหยัดเงินที่จะต้องไปเช่าเครื่องคอมพิวเตอร์เพื่อทำงานวันละหลายชั่วโมง ”

นานิ : “ ผมจะศึกษาหาข้อมูลก่อนแล้วค่อยซื้อ และพิจารณาว่าของสิ่งนั้นมันตอบสนองความต้องการของผมได้หรือไม่ อย่างมือถือของผมซื้อมาตั้งแต่ผมอยู่ชั้นมัธยมปีที่ 3 ตอนนี้ก็ยังไม่ใช้ได้คืออยู่ยังไม่เปลี่ยน แม้ว่ารูปลักษณะจะไม่ทันสมัยก็ตาม ผมจะซื้อใหม่ก็เพราะมันจำเป็นจริง ๆ ”

ดอกไม้ : “ เวลาหนูจะซื้อของ บางคนอาจจะมองว่าหนูซื้อของแพง แต่หนูมองว่าหนูซื้อแพงแต่คุ้มค่างกับเงินที่ซื้อไป เช่น มือถือของหนูที่กำลังใช้อยู่นี้ราคาหมื่นกว่าบาท หนูมองว่ามันมีลูกเล่นหลายอย่าง ถ่ายรูปก็ได้ ไม่ต้องพกพาของหลายอย่าง และมีความทนทานไม่ต้องเปลี่ยนบ่อยไม่ใช่อะไรที่เน้นราคาถูกใช้ชนิดเดียวก็เสียแล้ว ”

สมโชค : “ ผมจะซื้ออะไรผมมองถึงอายุการใช้งาน จุดประสงค์การใช้งาน ถ้าจำเป็นต้องใช้แต่มันเป็นกระแสก็ต้อซื้อมาใช้เหมือนกัน ผมจะดูเงินในกระเป๋าของตนเองด้วย ว่าเพียงพอที่จะซื้อ หรือจะต้อรบกวนทางบ้านหรือเปล่าประกอบด้วย ถ้าสามารถซื้อได้ก็ซื้อ แต่ถ้าเกินกำลังผมก็จะบอกตนเองว่าหาซื้อของราคาถูกกว่านี้แล้วกัน ”

แชมป์ : “ แม้ว่าผมจะใช้ของฟุ่มเฟือยบ้างในสายของบางคนเช่น โฟมล้างหน้า ครีมดูแลผิว แต่ผมก็มองว่ามันเป็นสิ่งที่จำเป็น แต่ผมก็ไม่ได้ฟุ่มเฟือยมากจะพอประมาณ จะใช้ในสิ่งที่พอซื้อได้และเห็นว่าสิ่งนั้นเป็นสิ่งที่จำเป็น ผมใช้ของนี้เวียไม่ซื้อพวกลอร์อัล เพราะมันแพงไป ”

จากพฤติกรรมของนักศึกษาแสดงให้เห็นว่านักศึกษามีการตัดสินใจในการซื้อของโดยพิจารณาถึงเหตุผล ความเป็นไปได้ การตระหนัก ใครควรอยู่เสมอว่าจะใช้อย่างไรให้เกิดความคุ้มค่าที่สุด ประหยัดที่สุด พิจารณาจากเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้องตลอดจนคำนึงถึงผลที่คาดว่าจะเกิดขึ้นจากการกระทำนั้นๆอย่างรอบคอบ เป็นการใช้จ่ายอย่างมีเหตุมีผล มีสติในการใช้จ่าย ผู้วิจัยพบว่าการที่นักศึกษามีพิจารณาถึงความจำเป็นใช้หลักเหตุผลก่อนที่จะตัดสินใจกระทำสิ่งใดลงไปขึ้นอยู่กับฐานะทางเศรษฐกิจ การอบรมเลี้ยงดู สภาพแวดล้อมที่อยู่รอบตัวของพวกเขาที่หล่อหลอมทำให้พวกเขาใช้หลักเหตุผลพิจารณาก่อนการตัดสินใจกระทำลงไป สอดคล้องกับการศึกษาของสุนทร สุราษฎร์กุล (2539) ศึกษาเรื่องปัจจัยที่มีผลกระทบต่อทางเลือกซื้อเสื้อผ้าเครื่องแต่งกายของวัยรุ่น : กรณีศึกษานิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ผลการศึกษาพบว่าปัจจัยด้านรายได้ของวัยรุ่น สื่อมวลชน และการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัวมีผลกระทบต่อตัดสินใจซื้อเสื้อผ้าเครื่องแต่งกายมากที่สุด

#### ความคุ้มค่าของเงินที่เสียไป

กลุ่มตัวอย่างคือชอปเปอร์ ซอนยา และไหมต่างก็มีการพิจารณาถึงความคุ้มค่าของเงินที่เสียไปกับสิ่งที่จะได้กลับมาว่าคุ้มค่า สมเหตุสมผลหรือไม่ ก่อนที่จะตัดสินใจซื้อของลงไป ดังคำกล่าว

ชอปเปอร์ : “ เมื่อเปิดเทอมที่ผ่านมาผมไปเที่ยวฮ่องกง หมดเงินไปประมาณ 20,000 กว่าบาท ผมว่ามันคุ้มค่านะกับการออกไปหาประสบการณ์ที่ต่างประเทศอย่างน้อยเราก็ได้เห็นที่บ้านคนอื่นเป็นอย่างไร ผมใช้เงินที่ผมทำงานไม่ได้รบกวนทางบ้านเลย บางทีดูเหมือนฟุ่มเฟือยแต่ผมว่ามันคุ้มค่านะกับการมีประสบการณ์ ผมอยากเห็นโลกกว้าง ชีวิตผมไม่ใช่หุ่นยนต์ที่วัน ๆ เอาแต่เรียนแล้วกลับบ้าน ผมมองว่าชีวิตคนมีหลายด้านเราไปเที่ยวเราได้เห็นโลกกว้างขึ้น ผมอยากไปหาประสบการณ์ที่อยู่นอกบ้านของตัวเองบ้าง เพราะประสบการณ์ในบ้านของตนเองรู้แล้ว แต่นอกบ้านผมยังไม่รู้ ”

ซอนย่า : “ หนูจัดว่าเป็นคนที่ค่อนข้างงก เช่น เวลาจะซื้อเสื้อหนูจะคิดแล้วคิดอีกว่าซื้อแล้วจะคุ้มค่างบเงินหรือไม่ ซื้อแล้วจะได้ใช้บ่อยไหม เหมาะกับเราในตอนนั้นไหม หรือรออีกหน่อยแบบ/แฟชั่นก็เปลี่ยน ”

ไหม : “ ทุกครั้งเวลาหนูจะซื้อของจะคิดนาน อย่างน้อยก็ต้องดูว่าของที่ซื้อคุ้มค่างบเงินที่เราเสียไปหรือเปล่า มีความทนทานหรือเปล่า ของบางอย่างถ้าซื้อมาราคาถูกแต่ใช้ได้ไม่นานก็ไม่ซื้อเหมือนกัน หนูยอมที่จะเสียเงินเพื่อซื้อของที่มีราคาแพงแต่มีความทนทาน ไม่ต้องมาเสียเวลาซ่อมแซมบ่อย ๆ ”

กรณีของทิวลิปที่มองว่าโทรศัพท์มือถือในปัจจุบันได้กลายเป็นปัจจัยหนึ่งในการดำรงชีวิตไปแล้ว แทบทุกคนไม่ว่าเพศใด วัยใด รวยหรือจนต่างก็มีโทรศัพท์มือถือทั้งนั้น ยิ่งปัจจุบันมีรุ่นใหม่ ๆ ที่มีความสามารถหลากหลายออกมาเรื่อย ๆ ทำให้คนเกิดความอยากได้มากขึ้น ทิวลิปบอกว่า “ ความเป็นจริงหนูคิดว่ามันไม่จำเป็นเลยที่จะต้องซื้อโทรศัพท์มือถือราคาแพง เพราะการใช้งานหลักของโทรศัพท์มือถือคือการโทรออกและรับสายเท่านั้น ไม่มีความจำเป็นที่จะต้องใช้ชนิดที่มีราคาแพงเลย หนูคิดว่าบางคนที่ใช้ของราคาแพงมันเป็นการโอ้อวดกันมากกว่าว่าฉันมีเงิน ฉันรวย ”

กรณีของสีน้ำ ปูเป้ และปุ้ยฝ้าย ให้ข้อสังเกตที่น่าสนใจคือการเลือกซื้อของของพวกเขา เวลาใครซื้อของมากก็จะนำมาอวดกันในกลุ่มเพื่อน แต่การโอ้อวดที่เกิดขึ้นไม่ใช่การอวดกันว่าใครจะดูดี มีราคาแพง หรือมีเย็บห่อ พวกเขาเลือกที่จะอวดกันว่าของของใครที่ดูดีที่สุดในราคาที่ซื้อมาได้ ในราคาที่ถูกที่สุดมากกว่า เวลาที่ซื้อของได้ในราคาที่ถูกกว่าคนอื่นจะเกิดความภาคภูมิใจที่ตนเองได้ของดีแต่มีราคาถูก

จากพฤติกรรมการใช้จ่ายเงินอย่างมีสติของนักศึกษา จะพบว่า การตัดสินใจแต่ ละอย่างของนักศึกษาได้ผ่านกระบวนการไตร่ตรอง พิจารณาความเหมาะสม ความเสี่ยงของสิ่งที่ จะตามมา แม้ว่าการกระทำบางอย่างอาจจะดูฟุ่มเฟือยบ้างแต่สิ่งนั้นก็ไม่ได้ทำให้พวกเขา เตื่อร้อน ซึ่งถือได้ว่าเป็นพฤติกรรมที่รู้จักตัวเอง ใช้หลักเศรษฐกิจพอเพียงในการดำเนินชีวิต การที่ นักศึกษามีพฤติกรรมการดำเนินชีวิตประจำวันโดยยึดความประหยัด ตัดทอนค่าใช้จ่ายในทุกด้าน ลดละความฟุ่มเฟือยในการดำรงชีพอย่างจริงจัง ดังพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระ เจ้าอยู่หัวที่ว่า “...ความเป็นอยู่ที่ดีต้องไม่ฟุ้งเฟ้อ ต้องประหยัดไปในทางที่ถูกต้อง...” คือการที่ นักศึกษามีเหตุผล เป็นการทำอะไรโดยใช้ข้อมูลไม่ใช่คิดจะทำอะไรก็ทำ หรือการใช้ความรู้สึก มากกว่าความรู้ สอดคล้องกับการศึกษาของมัทนี วิเศษสุข (2550) ศึกษาเรื่องพฤติกรรมบริโภค ตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของพุทธศาสนิกชนในเขตกรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า

พฤติกรรมกรรมการบริโภคของพุทธศาสนิกชนมีความพอเพียง มีการใช้จ่ายให้เกิดประโยชน์สูงสุด จัดสรรรายได้จากครอบครัวหรือการทำงานตามหลักเหตุผล มีการเปรียบเทียบราคาสินค้ากับแหล่งที่ใช้จ่ายเพื่อการดำเนินชีวิต มีการวางแผนการใช้จ่ายในอนาคต และคิดวิธีใหม่ในการจัดสรรค่าใช้จ่าย

### การหารายได้เสริม

จากการสำรวจของสวนดุสิตโพล (2547) เรื่องการหารายได้ของเด็กและเยาวชน พบว่าเด็กและเยาวชนมีความต้องการหารายได้พิเศษในช่วงปิดเทอม ร้อยละ 93.72 โดยให้เหตุผลว่า จะได้มีเงินใช้จ่ายในเรื่องส่วนตัว, ไม่ต้องรบกวนเงินของพ่อแม่, ได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ และได้ประสบการณ์การทำงานตามลำดับ จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างนักศึกษาบางคนมีการหารายได้เสริมด้วยการทำงานพิเศษหลังเลิกเรียนและในวันหยุด เหตุผลของการหารายได้เสริมเพราะฐานะทางบ้านไม่ดี, เงินที่ได้รับไม่พอใช้ และแสวงหาประสบการณ์ชีวิต โดยการหารายได้เสริมของนักศึกษากลุ่มตัวอย่างมีรายละเอียดต่อไปนี้

ต้นข้าว : “ หนูทำงานไปด้วย เรียนไปด้วย เพื่อหาเงินมาแบ่งเบาภาระพ่อแม่ โดยเงินที่ได้รับไม่มากเท่าไร เพราะทำเฉพาะในวันหยุด แต่หนูก็มีความภาคภูมิใจกับเงินที่หามาด้วยตนเอง และสามารถแบ่งเบาภาระของพ่อแม่ได้ ”

ปกป้อง : “ ผมมองว่าผมโตมากแล้วน่าจะแบ่งเบาภาระพ่อกับแม่ได้บ้าง ผมจึงทำงานพิเศษหลังเลิกเรียนและเสาร์ อาทิตย์ จะได้มีเงินเพื่อเป็นค่าใช้จ่ายส่วนตัว เพราะบางครั้งผมก็อยากได้อะไร อยากได้อะไรจะได้ไม่เป็นการรบกวนพ่อแม่ ”

กระแต : “ หนูทำงานพิเศษเป็นรายชั่วโมงชั่วโมงละ 29 บาท ทำวันจันทร์ วันพุธ และวันศุกร์ ส่วนวันเสาร์ อาทิตย์ทำทั้งวัน ในแต่ละเดือนได้ประมาณ 2,000-3,000 บาท ”

ผู้วิจัยพบว่า “เงิน” ที่หามาด้วยตนเองของนักศึกษาจะช่วยขัดเกลาให้นักศึกษาให้เป็นคนที่รู้ค่าของเงิน ใช้จ่ายอย่างมีสติ ใช้อย่างระมัดระวัง ใช้จ่ายในสิ่งที่จำเป็น ความสามารถที่ทำได้ด้วยตนเอง ช่วยแบ่งเบาภาระในครอบครัว จะสร้างความภาคภูมิใจในตนเองและทำให้เด็กรู้จักการพอเพียง

กรณีของชอปเปอร์ และกระต่ายที่ทำงานพิเศษ เพราะต้องการแสวงหาประสบการณ์ชีวิต โดยกระต่ายบอกว่า “ หนูก็มีเงินเก็บบ้างจากการทำงานพิเศษบ้างที่แมคโดนัลด์ อาทิตย์ละสองวัน ก็มีเงินเก็บบ้างนิดหน่อยไม่มากหนูทำแบบสนุก ๆ จะได้มีประสบการณ์ ไม่ได้ทำเพื่อมุ่งที่จะเก็บเงินแต่ก็มีเงินเก็บบ้างไว้พอซื้อสิ่งของจำเป็น ” ส่วนกรณีของชอปเปอร์ทำงานพิเศษทำ

คือการขายตัวเครื่องบินได้เดือนละ 3,000 บาท มีค่าคอมมิชชันต่างหากเฉลี่ยแล้วตกเดือนละประมาณ 5,000 – 6,000 บาท การทำงานพิเศษของชอบเปอร์ไม่ได้มีจุดมุ่งหมายเพื่อหาเงินเป็นหลัก แต่เป็นเพราะต้องการแสวงหาประสบการณ์ชีวิต ดังคำกล่าว “ ผมคิดว่าการที่ผมมีงานพิเศษทำมันมีผลต่อชีวิตในอนาคตผม ชีวิตของผมไม่ได้เดือดร้อนอะไร ฐานะทางบ้านก็จัดว่าปานกลาง ผมเป็นลูกคนเดียวของพ่อกับแม่ ผมไม่ทำงานพิเศษก็ได้ แต่ผมมองว่าผมได้ประสบการณ์การที่มีงานพิเศษมาผมควรจะทำเมื่อเรียนจบไปสมัครงานการที่มีประสบการณ์ทำงานไปด้วยน่าจะมีโอกาสดีกว่าเพื่อนอีกหลายคนที่ยังเรียนอย่างเดียว ”

จะเห็นได้ว่าการทำงานไปด้วยเรียนไปด้วยสำหรับชอบเปอร์และกระต่าย นอกจากการมีเงินเพิ่มเข้ามาทำให้สามารถใช้ชีวิตได้อย่างสะดวกสบาย และสามารถมีเงินเก็บที่จะซื้อของ หรือการไปท่องเที่ยวเพื่อหาประสบการณ์แล้ว การทำงานพิเศษของชอบเปอร์จะมองไปที่อนาคตเพื่อเป็นข้อมูลในการที่จะหางานทำในอนาคต เพราะการมีประสบการณ์การทำงานคือการได้ผ่านงานและสะท้อนให้เห็นถึงความสามารถของคน ๆ นั้นที่สามารถจัดการตนเองให้เรียนไปด้วย ทำงานไปด้วยได้ ส่วนกระต่ายก็ได้ประสบการณ์ชีวิต และมีเงินเพิ่มเข้ามาเพื่อให้ใช้จ่ายได้สะดวกใจมากขึ้น

กรณีของดอกไม้ก็เป็นอีกกลุ่มตัวอย่างที่น่าสนใจ คือดอกไม้มีความต้องการที่จะหางานพิเศษทำเพราะเพื่อนที่ดอกไม้คบอยู่นั้นส่วนใหญ่ต่างก็มีงานพิเศษทำ แต่แม่ของดอกไม้กลับไม่ให้ดอกไม้ทำ เธอกล่าวว่า “ ที่บ้านไม่ได้จัดว่ารวยมาก แต่ก็มีฐานะที่ไม่ได้เป็นหนี้ใคร ที่บ้านเขาบอกให้เรียนหนังสืออย่างเดียว หนูเห็นเพื่อนทำงานพิเศษ และมีเงินเก็บ หนูก็คิดที่จะทำแบบเพื่อนแต่แม่ไม่ให้ทำเพราะเป็นห่วง แม่บอกว่าตอนนี้แม่มีกำลังส่งให้เรียน ก็ควรที่จะตั้งใจเรียนให้เต็มที่ แม่ไม่ได้เดือดร้อนอะไร ”

จะเห็นได้ว่านักศึกษาส่วนหนึ่งหางานพิเศษทำเพื่อให้มีรายได้เสริมก็เพื่อแบ่งเบาภาระในครอบครัว การมีเงินใช้จ่ายของตนเอง และการหาประสบการณ์ชีวิต แล้วการหารายได้เสริมของนักศึกษาทำให้พวกเขาได้เรียนรู้การใช้ชีวิต เรียนรู้การหาเงินด้วยตนเอง ส่งผลให้พวกเขาต่างก็รู้จักค่าของเงิน รู้จักการใช้จ่าย นอกจากนี้การหารายได้เสริมยังเป็นการสร้างภูมิคุ้มกันให้กับตัวของนักศึกษาแม้ว่าบางคนอาจจะนำเงินที่ได้ใช้ซื้อของ หรือสร้างความสะดวกสบายให้กับตนเองก็ตามแต่พวกเขาก็เรียนรู้ว่าเงินที่เขาใช้ไปนั้นไม่ได้ขอใคร พวกเขาหาเงินมาได้ด้วยน้ำพักน้ำแรงของพวกเขาเอง

จากพฤติกรรมการดำรงชีวิตของนักศึกษาที่มีเงินเก็บ หาเงินได้ด้วยตนเอง และซื้อของใช้ของตนเอง พิจารณาแล้วพบว่ามีความจำเป็นต่อการดำรงชีวิต ผู้วิจัยพบว่าการใช้ชีวิตแบบพอเพียงนั้นมีหลายวิธีหลายแบบขึ้นอยู่กับแต่ละคนจะเลือกใช้แนวทางการดำเนินชีวิตแบบใดที่เหมาะสมกับฐานะ ความเป็นอยู่ของตนเองให้มากที่สุดเพราะฐานะของแต่ละคนไม่เท่ากัน ในการดำรงชีวิตประจำวันสามารถนำหลักความพอเพียงไปใช้ได้คือ การอุปโภค บริโภคสิ่งของเครื่องใช้ต่าง ๆ จะต้องมีการตระหนัก ใคร่ครวญอยู่เสมอที่จะใช้อย่างไรให้เกิดความคุ้มค่าที่สุด ประหยัดที่สุด สิ่งของเครื่องใช้ใดที่มีราคาแพงก็ควรจะต้องมีการพิจารณาว่าสมควรที่จะจ่ายเงินเพื่อซื้อหรือไม่ พิจารณาว่าเงินที่ตนเองมีมากน้อยเพียงใด และเมื่อซื้อไปแล้วจะนำมาซึ่งความยากลำบากในการดำเนินชีวิตหรือไม่ เช่น การต้องไปกู้ยืมเงินคนอื่น การไม่มีเงินเก็บ เศรษฐกิจพอเพียงจึงไม่ใช่สูตรสำเร็จตายตัวที่มีขั้นตอนการปฏิบัติที่ชัดเจนเป็นเพียงกรอบแนวทางการปฏิบัติที่แต่ละบุคคลเลือกปฏิบัติตามวิถีทางที่แต่ละคนเห็นว่าเหมาะสมกับตนเอง สอดคล้องกับกระแสพระราชดำริสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวความว่า "พอเพียงนี้อาจจะมีมาก อาจจะมีของหรูหราได้ แต่ว่าต้องไม่ไปเบียดเบียนคนอื่น ต้องให้พอประมาณตามอัตภาพ พูดจาก็พอเพียง ทำอะไรก็พอเพียง ปฏิบัติตนก็พอเพียง" (พระราชดำรัสเนื่องในวโรกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา 4 ธันวาคม 2541)

### พฤติกรรมการดำรงชีวิตแบบพอเพียงด้านสังคม

การพัฒนาสังคม ด้วยความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีใดๆ เช่น การมีระบบโทรคมนาคมที่ดี มีอุปกรณ์โทรคมนาคมที่ดี เป็นส่วนหนึ่งของการสร้างสังคมให้มีคุณภาพ แต่ภายใต้การพัฒนา นั้น ควรผสมผสานลักษณะเฉพาะดั้งเดิมของสังคมท้องถิ่นและความหลากหลายของสังคมมนุษย์ อันเป็นสิ่งที่ดีที่ควรอนุรักษ์ เช่น การแต่งกาย วัฒนธรรม ประเพณี เป็นต้นการกระทำเช่นนี้ จะก่อให้เกิดสังคมที่ยั่งยืนและพอเพียง (วัลลภ พรหมทอง, 2543)

พฤติกรรมการดำรงชีวิตแบบพอเพียงด้านสังคมของนักศึกษาคือการที่ศึกษามีสังคมมีเพื่อนฝูงที่มีความสัมพันธ์อันดีต่อกัน มีน้ำใจช่วยเหลือซึ่งกันและกัน จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างผู้วิจัยพบว่าพฤติกรรมการดำรงชีวิตแบบพอเพียงด้านสังคมของนักศึกษาประกอบด้วย การเข้าร่วมกิจกรรมเพื่อสังคม การเลือกคบเพื่อน การสังสรรค์ในกลุ่มเพื่อน โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

### เข้าร่วมกิจกรรมเพื่อสังคม

กรณีของแชมป์ที่สนใจที่เข้าร่วมกิจกรรมเพื่อสังคมของมหาวิทยาลัยทุกครั้งที่มีโอกาส โดยแชมป์มองว่าการกระทำดังกล่าวทำให้ตนเองมีความสุข และสิ่งเหล่านั้นก็จะติดตัวเขาไปตลอด ดังคำกล่าว : “ ผมว่าการที่แต่ละคนจะเข้าร่วมกิจกรรมเพื่อสังคมหรือไม่ขึ้นอยู่กับว่าคน ๆ นั้น ได้รับการปลูกฝังมาตั้งแต่ตอนเด็กในครอบครัว และสมัยเรียนระดับประถมและมัธยม ทำให้เขามองสังคม และสนใจที่จะร่วมกิจกรรมเพื่อสังคม เมื่อเข้ามาในมหาวิทยาลัยก็จะมีกิจกรรมชมรมต่างๆ ให้เข้าไปเรียนรู้ ศึกษา มัน ก็จะเป็นจุดหนึ่งที่ทำให้เราชัดเจนว่าทำงานเพื่อสังคมนี้คืออะไร อย่างผม ผมรู้สึกว่าการทำงานเชิงนี้ก็มีความสุข แล้วก็ทำในสิ่งที่ตัวเองอยากจะทำ มันอยู่ในใจอยู่แล้ว พอไปอยู่ตรงไหนมันก็ทำไม่ได้คืออยากจะทำเพื่อสังคม”

กรณีของน้ำค้างสนใจเข้าร่วมกิจกรรมของมหาวิทยาลัยทุกครั้งที่มีโอกาส โดยน้ำค้างมองว่าชีวิตของตนเองมีหลายด้าน การเป็นนักศึกษาจะต้องเรียนรู้ชีวิตรอบด้านทั้งการเรียน กิจกรรมของมหาวิทยาลัย กลุ่มเพื่อน ดังคำกล่าว “ หนูมองว่าบางคนเข้าร่วมกิจกรรมของมหาวิทยาลัย เนื่องจากความสนุกสนาน บางคนก็มาตามเพื่อน แต่สำหรับหนูมันคือประสบการณ์ของชีวิตนะ เพราะชีวิตของเราจะเอาแต่เรียนอย่างเดียวก็คงไม่ได้ ชีวิตจะต้องมีสังคม มีกลุ่มเพื่อนเวลามหาวิทยาลัยมีกิจกรรมต่าง ๆ หนูจะชวนเพื่อนเข้าร่วมอยู่เป็นประจำ ”

จะเห็นได้ว่าทั้งแชมป์ และน้ำค้างต่างมีความสนใจที่จะทำประโยชน์ เข้าร่วมกิจกรรมเพื่อสังคม โดยเฉพาะกิจกรรมมหาวิทยาลัยที่พวกเขาจะเข้าร่วมเป็นประจำ การที่แชมป์ และน้ำค้างเข้าร่วมทำกิจกรรมเพื่อสังคมเป็นประจำเป็นประสบการณ์ที่หล่อหลอมให้พวกเขา มีพฤติกรรมที่คำนึงถึงผลประโยชน์ของส่วนรวมเป็นหลัก ผู้วิจัยพบว่าประโยชน์ของการทำกิจกรรมเพื่อสังคมของมหาวิทยาลัยไม่สามารถจะประเมินออกเป็นรูปธรรมได้ทั้งหมด สิ่งที่เกิดขึ้นจะเป็นสิ่งที่ซึมซับเข้าไปอยู่ในตัวที่ละเล็กละน้อย โดยไม่รู้ตัว เช่น การรู้จักการแบ่งเวลาการทำงาน การได้ฝึกทำงานกับผู้คนจำนวนมาก การทำงานเป็นทีม การทำกิจกรรมจึงเป็นการปลูกฝังเจตคติหรือความคิดของนักศึกษาให้รู้สึกห่วงใยต่อสังคม ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะเป็นซึมซับไปในตัวของนักศึกษา เมื่อสำเร็จการศึกษาไป พวกเขาก็จะทำหน้าที่เป็นพลเมืองที่ดีต่อสังคมและประเทศชาติต่อไป สอดคล้องกับการศึกษาของสำนักงานส่งเสริม สวัสดิภาพและพิทักษ์เด็ก เยาวชน ผู้ด้อยโอกาส คนพิการ และผู้สูงอายุ (2549) เรื่องการใช้ทุน ทางสังคมเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีของเด็กและเยาวชน พบว่าผลของการเข้าร่วมกิจกรรมทำให้เด็ก และเยาวชนเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปในทางที่ดีขึ้น ได้แก่ มีความรับผิดชอบมากขึ้น กล้าแสดงออกมากขึ้น รู้จักประหยัดอดออมมากขึ้น ลดพฤติกรรมเสี่ยงต่างๆ ที่วัยรุ่นมักทำกัน การเปลี่ยนแปลงด้านกรยกระดับจิตใจ ได้แก่ เกิดจิตสำนึกอยากทำ

ประโยชน์ให้แก่ชุมชนและสังคม มีความภาคภูมิใจในตัวเองในการได้ทำดีเพื่อผู้อื่น รู้สึกว่าตัวเองมีคุณค่า การเปลี่ยนแปลงด้านคุณธรรม จริยธรรม ได้แก่ ได้ตอบแทนแผ่นดินเกิด ได้ทำความดีถวายในหลวง การเปลี่ยนแปลงด้านทักษะ ได้แก่ ได้เห็นมุมมองใหม่ๆ ในการดำเนินชีวิต/มีทักษะชีวิต ได้เรียนรู้การเข้าสังคมและการเข้าถึงผู้ใหญ่ มีทักษะในการสร้างเครือข่ายกับคนวัยอื่น/องค์กรอื่น มีทักษะในการต่อรอง เกิดการเปลี่ยนแปลงประสบการณ์ ได้แก่ เรียนรู้วิธีการทำงานเป็นกลุ่ม/การอยู่ร่วมกับผู้อื่น เรียนรู้จากกิจกรรมต่างๆ ซึ่งช่วยขัดเกลาอุปนิสัยใจคอ ได้รับความรู้ ทักษะและประสบการณ์จากการทำงานซึ่งเป็นรากฐานสู่ความสำเร็จในอนาคต เป็นต้น

### การเลือกคบเพื่อน

จากการที่สังคมของมหาวิทยาลัยเป็นสังคมของวัยรุ่นที่มาอยู่ร่วมกัน เด็กวัยรุ่นจะมีการเลียนแบบพฤติกรรมในกลุ่มเพื่อน การเลือกคบเพื่อนก็เป็นการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในอีกรูปแบบหนึ่ง ดังกรณีของแชมป์ ที่มีการเลือกคบเพื่อน โดยแชมป์เลือกที่จะคบเพื่อนทั้งเพื่อนที่ดีและเพื่อนที่เกเร โดยกล่าวถึงเหตุผลของการคบเพื่อนที่เกเรว่า “ที่บ้านจะคอยบอกให้ผมเลือกคบเพื่อน ถ้าเพื่อนไม่ดีอย่าไปคบ ผมจะเลือกคบเพื่อน อย่างเพื่อนที่เกเร ผมไม่ถึงกับไม่ยอมคบกับเขา ผมก็คบกับเขาแต่จะบอกตัวเองไม่หลวมตัวไปกับเขา ผมมองว่าการคบกับเพื่อนที่เกเร ทำให้ผมมีภูมิคุ้มกัน เวลามีปัญหาอะไรบอกเขาจะมาช่วยเรา ผมมองว่าพวกที่เกเรเขามีข้อดีคือ “ความรักเพื่อน” พวกนี้จะรักพวกพ้องอย่างมากที่เราเห็นไปทะเลาะวิวาทยกพวกตีกันก็เพราะความรักนี่แหละเพียงแต่รักเพื่อนในทางที่ผิดเท่านั้นเอง ”

กรณีของไหมที่บ้านจะปลูกฝังเรื่องการคบเพื่อน ทำให้ไหมเลือกที่จะคบเพื่อนที่ดี ไม่เหลวไหล เพราะถ้าคบเพื่อนที่ไม่ดี ชวนกันเหลวไหลก็จะทำให้เรียนหนังสือไม่จบไหมกล่าวว่า “ที่บ้านสอนด้านการคบเพื่อน เนื่องจากหนูเป็นคนต่างจังหวัดเข้ามาเรียนที่กรุงเทพฯ จะต้องไม่เชื่อคนง่าย ให้เชื่อตนเอง เลือกคบเพื่อนที่ดี ๆ ชวนกันเรียน ไม่ชวนกันเที่ยว ”

นอกจากการเลือกคบกลุ่มเพื่อนแล้ว การมีน้ำใจ เอื้อเฟื้อแบ่งปันกันในกลุ่มเพื่อนก็เป็นสิ่งที่สร้างภูมิคุ้มกันในการดำเนินชีวิตให้กับนักศึกษา กรณีของชอปเปอร์ที่ไม่เดือดร้อนด้านการเงิน รวมไปถึงการมีรายได้จากการทำงานพิเศษ ทำให้ชอปเปอร์ดูเป็นบุคคลที่มีเงินในกลุ่มเพื่อนเวลาเพื่อนเดือดร้อนเรื่องเงิน ก็จะนึกถึงชอปเปอร์เป็นอันดับแรก และทุกครั้งที่เพื่อนขอยืมเงินชอปเปอร์ก็จะให้เพื่อนยืมเงิน ทุกครั้ง ชอปเปอร์กล่าวว่า “เพื่อนในกลุ่มเวลาเงินไม่พอใช้ หรือที่บ้านยังไม่ส่งมา เขาก็จะมายืมเงินที่ผม ผมก็ให้ยืม อย่างที่ผ่านมาเพื่อนเพิ่งมายืมเงินผมแค่ 3,000 บาท เพื่อไปจ่ายค่าเทอมที่เหลือ ผมสงสารเพื่อน ผมให้ยืมเพราะมันจำเป็นเดี๋ยวเพื่อนผมจะไม่มีสิทธิ์สอบ ”



จากคำพูดของชอปเปอร์ที่กล่าวมา ผู้วิจัยพบข้อสังเกตที่น่าสนใจในประเด็นเรื่องคุณค่าของเงิน จากคำพูดของ ชอปเปอร์ที่ว่า “เงินแค่ 3,000 บาท” ซึ่งเป็นการมองคุณค่าของเงินไปในอีกรูปแบบหนึ่งที่ต่างไปจากคนที่ตัดสินเรื่องเงินอาจจะมองเงินจำนวน 3,000 บาทว่าเป็นเงินที่มาก ผู้วิจัยพบว่า การให้คุณค่าเรื่องเงินของ ชอปเปอร์ที่กล่าวมาอาจเป็นเพราะว่าฐานะทางบ้านของชอปเปอร์จัดอยู่ในฐานะร่ำรวย ประกอบกับชอปเปอร์ก็มีรายได้พิเศษ ทำให้ชอปเปอร์ไม่มีความเดือดร้อนเรื่องเงิน ทำให้เขาให้คุณค่าของเงินต่างไปจากคนที่มีความเดือดร้อนเรื่องเงิน

การที่ชอปเปอร์มีน้ำใจคอยช่วยเหลือเพื่อนในยามที่เพื่อนเดือดร้อน โดยเฉพาะเรื่องเงินกลายเป็นสิ่งที่สร้างภูมิคุ้มกันในชีวิตให้กับชอปเปอร์ เพราะจากการชักถามในกลุ่มเพื่อนต่างบอกเป็นเสียงเดียวกันว่าชอปเปอร์เป็นคนดี มีน้ำใจเป็นที่รักของเพื่อน ๆ ทุกคน การเป็นที่ชื่นชอบเป็นที่รักใคร่ในกลุ่มเพื่อนคือการมีภูมิคุ้มกันในชีวิตชั้นดี เพราะเวลาใดก็ตามที่ชอปเปอร์มีเรื่องเดือดร้อน หรือต้องการความช่วยเหลือ กลุ่มเพื่อนเหล่านี้จะคอยช่วยเหลือ หรือช่วยแก้ปัญหาได้

กรณีของน้ำค้างเคยให้เพื่อนยืมเงิน และเพื่อนยังไม่คืน น้ำค้างก็ไม่ทวง และมองว่าเพื่อนอาจมีความเดือดร้อนเรื่องเงินอยู่ จึงไม่สามารถนำเงินมาคืนได้ โดยกล่าวว่า “เพื่อนเคยยืมเงินหนูไป 1,000 บาท แล้วเขาไม่คืน หนูก็ไม่แน่ว่าเขาลืมไปว่าเคยยืมเงินหนูหรือเปล่า หรือเป็นเพราะเขาอาจจะไม่มีเงินคืนหนูก็ได้ แต่หนูก็ไม่คิดอะไรนะ และไม่คิดที่จะทวงเขาด้วยการที่เขาไม่คืนเงินหนูอาจจะเพราะว่าเขายังไม่มีเงินที่จะมาคืน และอีกอย่างหนูก็ไม่ได้เดือดร้อนเรื่องเงินด้วย ”

#### การสังสรรค์ในกลุ่มเพื่อน

กรณีของสีน้ำและปูเป้ ที่มีพฤติกรรมการดื่มเหล้าบ้างจากการเข้าร่วมสังสรรค์ในกลุ่มเพื่อนสีน้ำบอกว่า “ การกินเหล้าของพวกหนูหารกันพวกหนูกินแบบนาน ๆ ครั้งเฉลี่ยกันคนละ 30-40 บาทเอง ไม่ได้เดือดร้อนอะไร เดิมหนูแอนด์คนที่กินเหล้า แต่พอมาถึงตนเองหนูคิดว่ามันห้ามไม่ได้ไม่ให้คนกินเหล้าถ้าเขารู้ตัวของเขา เขาไม่เดือดร้อนและเขาเป็นคนดี บางคนไม่กินเหล้าไม่เล่นการพนัน จะบอกได้อย่างไรว่าการไม่ดื่มเหล้า ไม่เล่นการพนันจะเป็นคนดี เขาอาจจะเป็นคนไม่ดีก็ได้ สังคมจะเอาเหล้ามาตัดสินว่าคนเป็นคนดี ไม่ดี ไม่ได้ ยกเว้นว่าคน ๆ นั้นกินแล้วไว้วางยสร้างความสะดวกให้คนอื่น พวกหนูจะใช้เวลาตรงนี้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันละกัน หนูคิดว่ามันมีภูมิคุ้มกันในชีวิตนะ หนูได้สร้างทักษะชีวิต ถ้าคุณเรียนแล้วกลับบ้านอย่างเดียวหนูมองว่าคุณจะขาดสังคม ในบางครั้งเราก็ต้องมีกลุ่มเพื่อน แต่เราต้องรู้ตนเองว่าตนเองเป็นใคร ควรทำอะไร ควรคบเพื่อนอย่างไร บางคนไม่เข้าใจตรงนี้ทำให้มองภาพผู้หญิงดื่มเหล้าไปในเชิงลบเหมือนเหรียญมี 2 ด้านขึ้นอยู่กับว่าเราเลือกจะมองด้านไหนมากกว่า ”

ส่วนปูเป้ก็มองว่าการแสดงพฤติกรรมโดยการสังสรรค์กับเพื่อนทำให้พวกเธอมีสังคม เธอกล่าวว่า “ หนูคิดว่าชีวิตของหนูคุ้มค่า หนูผ่านประสบการณ์ที่หลากหลาย จากประสบการณ์ที่ผ่านมามันทำให้เรียนรู้ด้วยตนเอง เรียนรู้ได้เร็ว และมีประสบการณ์ชีวิตที่มากกว่าเพื่อนในวัยเดียวกัน บางคนอาจจะมองว่าไม่เหมาะสมกับวัยของหนู เช่นการไปเที่ยว การดื่มเหล้า แต่หนูก็รู้ตัวดีว่าหนูกำลังทำอะไร หนูไม่ได้เหลวไหลจนเสียคน หรือทิ้งการเรียน การที่เป็นเช่นนี้อาจเป็นเพราะว่าแม่สอนหนู ไม่เหมือนใคร แม่สอนหนู โดยการไม่พูด ไม่บอก แม่บอกว่าแม่ไม่ยอมออกแบบชีวิตให้หนู ท่านอยากให้หนูออกแบบชีวิตด้วยตนเอง ”

กรณีของปกป้อง เล่าให้ผู้วิจัยฟังว่าชีวิตของเขาได้ผ่านประสบการณ์ชีวิตมากมาย และเคยได้ลิ้มลองกับเหล้า บุหรี่ โดยเขาบอกว่าในสิ่งที่พวกเขาทำนั้นพวกเขาู้ตัวว่ากำลังทำอะไรอยู่ และเขามองว่าชีวิตที่ได้ใช้ไปนั้นเป็นการสะสมประสบการณ์ทำให้ชีวิตมีภูมิคุ้มกันไปในตัว เพราะจะไม่ทำให้ไม่โดนหรือได้ง่าย

จะเห็นได้ว่าสภาพสังคมในปัจจุบันที่แวดล้อมตัวของนักศึกษา มีส่วนในการหล่อหลอมให้พวกเขาเกิดความอยากรู้ อยากรูเห็น อยากรูลอง จนนำไปสู่การลองกระทำดู เช่นการเที่ยวกลางคืน การกินเหล้า ผู้วิจัยพบว่าคำอธิบายการแสดงพฤติกรรมข้างต้นทั้งในกรณีของสีน้ำและปูเป้ เพียงต้องการที่จะบอกให้คนทั่วไปรับรู้ว่าคุณเขาก็รู้ตัวของเขาดีว่ากำลังทำอะไรอยู่ มีความสามารถในการควบคุมตนเองให้อยู่ในขอบเขตของความเหมาะสมในสถานภาพของตนเอง รวมไปถึงความสามารถในการแยกแยะเหตุผล แยกแยะบทบาทที่แสดงของตนเอง ที่ถึงแม้ว่าพวกเขาจะเที่ยงกลางคืนบ้าง ดื่มเหล้าบ้าง แต่เป็นเพียงเพื่อการสังสรรค์ การสะสมประสบการณ์ การสร้างสังคม แต่พวกเขาก็ไม่ทิ้งการเรียน

### **พฤติกรรมการดำรงชีวิตแบบพอเพียงด้านวัฒนธรรม**

ความพอเพียงกับสังคมไทยมีมานานแล้ว แต่การที่สังคมพัฒนามีเทคโนโลยีที่ทันสมัย มีแฟชั่นแบบใหม่ ๆ เข้ามาแทรกในการดำเนินชีวิตตลอดทำให้ผู้คนส่วนมากแก่งแย่งชิงชิงเด่นกัน ทำให้เป็นสิ่งยั่วยุความต้องการของคนทำให้เกิดความอยากได้ อยากเป็นเจ้าของ แข่งขันในการใช้สินค้าที่มียี่ห้อราคาแพง ทำให้ใช้จ่ายเงินอย่างสุรุ่ยสุร่ายฟุ่มเฟือยเกินฐานะ ตามคำกล่าวที่ว่า “มีรายได้ไม่น้อยแต่มีหนี้สินมสูง” ทำให้คนส่วนใหญ่ โดยเฉพาะในสังคมเมืองมองข้ามการใช้ชีวิตแบบพอเพียงออกไป

จากกระบวนการโลกาภิวัตน์ที่มาพร้อมกับ ความก้าวหน้าของเทคโนโลยี บริโภคนิยม ในปัจจุบันส่งผลกระทบต่อวิถีชีวิตของนักศึกษา ส่งผลให้นักศึกษาต่างก็มีรูปแบบการปรับตัว การ ใช้ชีวิตเพื่อการก้าวทันสังคม แต่พฤติกรรมที่เกิดขึ้นของนักศึกษาส่วนหนึ่งกลับทำให้มีการนิยาม นักศึกษาไว้เพียงมิติของการบริโภค แฟชั่น ฟุ่มเฟือย สายเดี่ยว เทียบกลางคืน การนิยามข้างต้น เป็นเพียงแง่มุมหนึ่งบางด้านของพวกเขาเท่านั้นไม่ใช่ตัวตนของนักศึกษาทั้งหมด การใช้ภาพ เชิงเดียวมองนักศึกษาโดยขาดการทำความเข้าใจ วิธีการใช้ชีวิตท่ามกลางสังคมในปัจจุบัน คงจะ ไม่พบคำตอบที่ว่าทำไมพวกเขาจึงมีพฤติกรรมเช่นนั้น ทั้งที่ในความเป็นจริงการทำความเข้าใจ ด้วยการฟังเสียงจากพวกเขา มากกว่าดูจากการแสดงพฤติกรรมก็คงจะทำให้เกิดความเข้าใจในตัว ของนักศึกษามากขึ้น

จากการสัมภาษณ์นักศึกษพบว่าพฤติกรรมของนักศึกษาในสังคมปัจจุบันมีการใช้ ชีวิตที่มีการปรับตัวให้เข้ากับยุคสมัย ภายใต้การรู้เท่าทัน ประกอบด้วยการรู้เท่าทันวัฒนธรรมอื่น และความพอเพียงแบบไม่ตกยุคสมัย โดยมีรายละเอียดต่อไปนี้

#### รู้เท่าทันวัฒนธรรมอื่น

ในสภาพสังคมปัจจุบัน ที่สื่อมวลชนรูปแบบต่าง ๆ ต่างแข่งขันกันนำเสนอภาพของ ดารา นักร้องจากทั่วทุกมุมโลกให้แพร่กระจายไปทั่วโลก นำมาสู่ความวิตกกังวลว่าเยาวชนไทย ในปัจจุบันได้พากันหลงใหลในวัฒนธรรมต่างชาติ จนหลงลืมในความเป็นไทย แต่จากการ สัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างนักศึกษาที่มีความหลงใหลแฟชั่นต่างประเทศ ปัจจุบันนี้คือแฟชั่นเกาหลี ญี่ปุ่น ผู้วิจัยกลับพบแง่มุมการใช้ชีวิตของนักศึกษาที่น่าสนใจว่าพวกเขาเหล่านั้นไม่ได้หลงใหล คลั่งไคล้โดยปราศจากเหตุผล หรือหลงลืมในความเป็นไทย พวกเขาต่างตระหนักถึงความเป็นคน ไทย รักวัฒนธรรมไทย แต่พวกเขาก็เลือกที่จะบริโภควัฒนธรรมอื่นที่เขาเห็นว่าดี มีคุณค่า ร่วมไป ด้วย ดังกรณีของทอรุ่ง กระแต ฟ้าใส และต้นข้าว ดังรายละเอียดต่อไปนี้

ทอรุ่ง : " หนูมีภาคภูมิใจในความเป็นไทยสุด ๆ แต่ที่หนูชื่นชอบดารานักร้อง ไม่ได้เป็นเพราะกระแส แต่เป็นเพราะว่าเขาเก่ง มีความสามารถหลายอย่าง เป็นแบบอย่างของ ความอดทน ความมุ่งมั่นในการฝึกฝนจนมาเป็นศิลปินระดับแนวหน้าของประเทศ และเป็นที่ยอมรับ ทั่วโลก หนูมองว่ามันเป็นความชอบส่วนบุคคลที่เวลาเห็นใครน่ารัก เกิดความประทับใจ รู้สึก ึ่งในความสามารถของเขาก็เลยชื่นชอบเป็นธรรมดา ถ้าดารานักร้องของไทยคนไหนมีความสามารถ เหมือนดารานักร้องต่างประเทศหนูก็ชื่นชอบเหมือนกัน ถึงหนูจะชอบดารานักร้องต่างประเทศแต่หนูก็ยังรัก วัฒนธรรมไทย เพราะหนูเป็นคนไทย พูดภาษาไทย บริโภคสินค้าของไทยเหมือนเดิม "

กระแต : “ หนูยอมรับว่าทำตามอายุของแพ้นั้นในระดับหนึ่ง แต่การทำตามแพ้นั้นหนูก็มีเหตุผลอย่างแพ้นเกาหลีนุชชอบหนูสะสมอยู่ในห้องของตนเอง ไม่ได้ทำให้พ่อแม่เสียใจ การที่หนูชอบดาราเกาหลีบางคนอาจจะมองว่าไร้สาระ แต่หนูมองว่ามันคือความชอบส่วนบุคคล มันคุ้มค่าไม่ได้ไร้สาระเพราะอย่างน้อยหนูก็เรียนรู้ภาษาเกาหลี และไม่ทำให้พ่อแม่เดือดร้อน เด็กบางคนก็ไปก่อเหตุหรือไปสร้างความเดือดร้อนให้กับคนอื่น หนูว่าเขาแก่กว่าหนู ”

ฟ้าใส : “ เขามีความสามารถอย่างซาโยดอน ชูเปอรฺจูเนียร์ เขาเรียนเก่งติดอันดับมหาวิทยาลัยลำดับต้น ๆ ของประเทศของเขา เขามีความสามารถนอกจากจะเรียนเก่งแล้วยังร้องเพลงเพราะ และที่สำคัญเขาแสดงออกจากความเป็นตัวตนของเขา มีความจริงใจ ไม่สร้างภาพ หนูไม่ได้ชื่นชอบเกาหลีเพียงเพราะเป็นกระแส หนูชอบตั้งแต่ยังไม่เป็นกระแสด้วยซ้ำ ตอนนั้นเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น หนูฟังเพลงเกาหลี แบบได้ดินยังไม่ได้มีการนำเข้ามาอย่างเป็นทางการ หนูฟังหนูฟังไม่รู้เรื่องหรอก แต่หนูว่ามันเพราะดี จากนั้นหนูก็เลยฟังเป็นประจำตั้งแต่นั้นมา ต่อมาสื่อมวลชนก็นำเสนอกลายเป็นกระแสเกาหลีฟีเวอร์ไป ”

น่าสนใจกรณีของต้นข้าวที่มองว่าการชื่นชอบแพ้นต่างประเทศของเขาไม่ได้เป็นเพียงเพราะว่าการหลงใหลตามกระแส แต่เป็นเพราะว่าเขา “เลือกที่จะเสพสื่อ” โดยการพิจารณาคุณภาพที่ถูกนำเสนอจากสื่อหรือแพ้นนั้นเป็นอย่างไรดีตรงไหนจนนำมาสู่การชื่นชอบ ต้นข้าวบอกว่า “ หนูชอบแพ้นเกาหลีนุชเพราะ ดารานักร้องเกาหลี เขาแสดงออกจากความเป็นตัวตนของเขา มาจากความสามารถของเขาเอง ผ่านการฝึกฝนมายาวนาน ไม่เหมือนของไทยที่อาจจะไม่ต้องมีความสามารถ หรือมีความสามารถเพียงเล็กน้อยแต่มีเงินอาศัยการโปรโมทก็ดังแล้ว ทำให้รู้สึกว่ามันไม่ได้ออกมาจากความสามารถที่แท้จริงของพวกเขาเหมือนกับดาราเกาหลี หนูเลือกเสพสื่อที่นำเสนอว่าสื่อไหนมีคุณภาพ น่าติดตามหนูก็ไม่เข้าใจว่าการที่หนูชื่นชอบเกาหลีเพราะเห็นว่าเขาดีเป็นแบบอย่างที่น่าทำตาม จะเป็นเรื่องเหลวไหลไร้สาระหรือการหลงใหลแพ้นจากการมองของพวกเขาผู้ใหญ่ไป ”

จากมุมมองของทอรั้ง กระแต ฟ้าใสและต้นข้าว จะเห็นได้ว่าพวกเขามีความชื่นชอบแพ้นต่างประเทศโดยเฉพาะเกาหลี เหตุผลของความชอบเพราะดาราเกาหลีเป็นแบบอย่างของความมุ่งมั่น ความพยายามตั้งใจฝึก เรียนเก่ง จนสามารถเป็นดาราที่เป็นที่ชื่นชอบในระดับสากล ผู้วิจัยพบว่าการชื่นชอบดังกล่าวก็เป็นสิ่งดีถ้าคนเหล่านั้นมีความชื่นชอบโดยการเลือกมองในสิ่งที่ดี ๆ และยึดถือเป็นแบบอย่าง เช่น เรื่องความอดทน ความพยายามฝึกฝน ความตั้งใจเรียน รวมไปถึงการไม่ละทิ้งในความเป็นไทย ซึ่งกลุ่มตัวอย่างต่างก็บอกเป็นเสียงเดียวกันว่าที่พวกเขาชื่นชอบนั้นมีเหตุผล และไม่ได้คลั่งไคล้แพ้นต่างประเทศจนหลงลืมความเป็นไทยแต่อย่างใด

### พอเพียงแบบไม่ตกยุคสมัย

สภาพสังคมปัจจุบันที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วภายใต้กระแสโลกาภิวัตน์เด็กและเยาวชนในสังคมไทยมีพฤติกรรมบริโภคนิยมสูงขึ้น จากการกระตุ้นกระแสการบริโภคด้วยกลวิธีต่างๆ ทั้งจากสื่อทางวิทยุ โทรทัศน์ โฆษณาชวนเชื่อ สิ่งเหล่านี้ส่งผลให้เด็กและเยาวชนซึมซับและติดกับค่านิยมการบริโภคที่เกินตัวมากขึ้นโดยไม่รู้ตัว ดังเห็นได้จากรายงานการสำรวจค่านิยมของวัยรุ่นไทย โดยสำนักงานสถิติแห่งชาติ (2548) จากประชากรอายุ 15 ปีขึ้นไป ส่วนใหญ่เกินกว่าร้อยละ 50 เห็นด้วยอย่างมากว่าวัยรุ่นไทยสมัยนี้มีค่านิยมใช้โทรศัพท์มือถือ และคลังโคล้ดตารา/นักร้อง รองลงมา ซึ่งมีสัดส่วนใกล้เคียงกันคือ ชอบเล่นอินเทอร์เน็ตหรือติดเกม ชอบอิสระ ชอบเที่ยวเตร่ ชอบตามใจตนเอง ชอบนอนดึกตื่นสาย ชอบเลียนแบบ อย่างไรก็ตาม ยังมีประชากรส่วนหนึ่งที่คิดว่าวัยรุ่นไทยในปัจจุบันมีความเชื่อมั่นในตนเอง ชอบสร้างสรรค์ และชอบช่วยเหลือผู้อื่นและทำประโยชน์ให้กับสังคม (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2548 น.18)

จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยพบว่าการใช้ชีวิตของนักศึกษาในปัจจุบันไม่ได้เป็นเพราะหลงตามกระแส ตามแฟชั่นเท่านั้น พวกเขามีเหตุผลของการกระทำ เพราะในสังคมปัจจุบันจะให้นักศึกษาเอาแต่เรียน ไม่สนใจผู้คนหรือสังคมตลอดจนกระแส/แฟชั่น คงเป็นไปได้ดังกรณีของแชมป์ สมโชค และดอกไม้ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

แชมป์ : “ อย่างผมจะซื้อโทรศัพท์มือถือผมจะซื้อถ้าผมเห็นว่ามันมีความจำเป็นจริง ๆ แต่ผมจะพิจารณารูปลักษณ์ของมันด้วย อย่างน้อยก็ไม่ถูกมองว่าเขย ไร้ของไม่ทันสมัย ไม่ใช่ว่าอยู่ในสังคมแล้วจะเขยแต่ผมก็ไม่นิยมของแพง อย่างนาฬิกาที่ผมใส่ราคาแค่ร้อยกว่าบาทเท่านั้นเองรูปทรงก็ดูทันสมัยเห็นไหมครับว่าผมก็มีความพอเพียงแต่ทันสมัยด้วย ”

สมโชค : “ เวลาผมจะซื้ออะไร ผมจะมองถึงอายุการใช้งาน จุดประสงค์การใช้งานและความจำเป็นต้องใช้แต่มัน เป็นหลักในการซื้อของ แต่ก็มีบางครั้งที่จะต้องอินเทรนด์ตามกระแสบ้าง โดยผมจะดูว่าสิ่งนั้นได้ทำให้ผมเดือดร้อนหรือเปล่า ถ้าไม่เดือดร้อนอะไรมาก ผมก็ต้องหาซื้อมาใช้เหมือนกัน ”

ดอกไม้ : “ อย่างถ้าใครที่หนูใส่ก็เก็บเงินซื้อเอง เวลาเจอของที่อยากได้อย่างเครื่องประดับ หนูรู้ว่ามันเป็นแฟชั่นถ้าจะไม่ให้ซื้อเพื่อน ๆ ก็หาว่าตลกเทรนส์ ไม่ทันสมัย หนูก็ต้องทำตัวของหนูให้เข้ากับยุคสมัย แต่หนูไม่ได้ขอเงินทางบ้าน หนูก็จะเก็บเงินซื้อเองไม่ไปยืมเงินคนอื่นด้วย ”

ปัจจุบันนี้วัยรุ่นมีค่านิยมที่ซื้อของที่ดูดีแต่ราคาถูกกันมาก แทนที่จะซื้อของแพงให้เปลืองเงินก็หันมาซื้อของที่มีราคาถูกหรือของมือสอง แบบสวย ราคาถูก ดังกรณีของสีน้ำและปุ๋ยเป๋ที่สนใจการแต่งตัว เครื่องประดับ แต่ความสนใจและการแสดงพฤติกรรมกลับเป็นสิ่งที่น่าสนใจ ทั้งสีน้ำและปุ๋ยเป๋จะแต่งตัวที่ดูทันสมัย เปรี้ยวตามยุคสมัยของวัยรุ่นในปัจจุบัน แต่ก็ไม่ได้ผิดระเบียบของสถาบันการศึกษา โดยเสื้อผ้า เครื่องแต่งกายของทั้งสองก็มีราคาที่ไม่แพง เนื่องจากความ "เปื่อง่าย" ของคนทั้งสอง ดังนั้นพวกเขาจึงเลือกของแต่งตัวที่มีราคาไม่แพง เมื่อใช้ไประยะหนึ่งก็เปลี่ยนรูปแบบใหม่โดยไม่รู้สึกเสียดาย รวมไปถึงมีความทันสมัย ก้าวตามทันแฟชั่นด้วย

เมื่อพิจารณาโดยนัยนี้ จะเห็นได้ว่านักศึกษามีความเข้าใจและรับรู้ว่าคุณภาพของเขา อยู่ตรงไหน สิ่งที่ได้มาหรือมีอยู่เหมาะสมหรือไม่ สิ่งที่ต้องการไขว่คว้ามีความสำคัญกับชีวิตมากน้อยเพียงใด ดังนั้นวิถีการใช้ชีวิตของนักศึกษาดังกล่าวจึงไม่ใช่เรื่องเหลวไหลไร้สาระ แต่เป็นเรื่องที่มีเหตุผล เป็นการยึดหลักเศรษฐกิจพอเพียงในการดำเนินชีวิต ดังที่ณัฐพงศ์ ทองภักดี (2550) ได้กล่าวไว้ว่า การประยุกต์ใช้ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมิได้หลายระดับ หลายมิติและหลายรูปแบบ ไม่มีสูตรสำเร็จแม้ว่าจะเป็นการรอบเดียวกัน โดยแต่ละคนจะต้องพิจารณาตามความเหมาะสมในแต่ละกรณี ในสอดคล้องกับเงื่อนไขและสภาพที่เผชิญอยู่ การยึดหลักเศรษฐกิจพอเพียงจะช่วยให้ "ชุกคิด" ว่าการตัดสินใจ การดำเนินชีวิต หรือการทำกิจกรรมต่าง ๆ มีความเหมาะสมหรือไม่ มีความเสี่ยงและการเตรียมการยอมรับความเสี่ยงอย่างไร

### พฤติกรรมการดำรงชีวิตแบบพอเพียงด้านจิตใจ

สังคมไทยในอดีต บุคคลไม่ได้ถูกปลูกฝังให้มีศีลธรรมเพราะการเทศนาสั่งสอนหรือการอบรมเลี้ยงดูโดยตรงเท่านั้น หากยังได้รับการกล่อมเกลาทางศีลธรรมจากการมีปฏิสัมพันธ์กับครอบครัว ชุมชน วัดวาอาราม อิทธิพลจากวิถีชีวิต สภาพแวดล้อม และระบบความสัมพันธ์ ประเพณีเป็นสิ่งที่พุทธศาสนาให้ความสำคัญอย่างมาก ในกลุ่มตัวอย่างที่ผู้วิจัยสัมภาษณ์จะมีการดำเนินชีวิตที่มีความเอื้ออาทร คำนึงถึงประโยชน์ส่วนรวม มีการจัดสรรเวลาของชีวิต เป็นพฤติกรรมการดำรงชีวิตแบบพอเพียงด้านจิตใจ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

#### การบริหารเวลาของชีวิต

การบริหารเวลาของชีวิต เป็นการจัดสรรเวลาในชีวิตประจำวันของนักศึกษา เพื่อให้สามารถกระทำในสิ่งต่าง ๆ ให้สำเร็จลุล่วง จากการสัมภาษณ์นักศึกษบางส่วนที่มีการจัดสรรเวลาของชีวิตเพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตไปด้วยความราบรื่น และการบรรลุเป้าหมายที่วางไว้ เช่น เรื่องการสอบ หรือการได้รับมอบหมายงาน โดยพวกเขาจะแบ่งเวลาในการทำงาน อ่านหนังสือ และ

นักศึกษาบางคนต้องทำงานไปด้วย เรียนไปด้วย จากเงื่อนไขที่เกิดขึ้นทำให้พวกเขาเรียนรู้ที่จะรู้จักการบริหารเวลา ใช้เวลาที่มีอยู่ให้คุ้มค่าที่สุดที่สุด ซึ่งผลจากการบริหารเวลา ช่วยให้การดำเนินชีวิตของพวกเขาผ่านพ้นปัญหาไปได้ ตัวอย่างการบริหารเวลาของชีวิต เช่น พาดิน สีน้า ธาดาน้ำค้าง และทอรั้ง ดังคำกล่าว

พาดิน : “ หนูมีการจัดสรรเวลาในชีวิต เวลาในการพักผ่อน การใช้เวลาร่าง เมื่อถึงเวลาเรียนก็ไปเรียน ตั้งใจเรียน เวลาร่างก็ทำการบ้านให้เสร็จ จากนั้นจึงไปเที่ยวหรือสังสรรค์กับเพื่อน ๆ นอกจากนี้หนูก็หาเวลาในการพักผ่อน ใช้เวลาร่างเพื่อทำในสิ่งต่าง ๆ ให้ตนเอง ”

สิน้า : “ หนูทำตารางชีวิตของตัวเองว่าในแต่ละวันจะต้องทำอะไรบ้าง ทำอะไรไปแล้วบ้าง อย่างช่วงใกล้แอดมิชชั่นที่ผ่านมา หนูจะปฏิบัติอย่างเคร่งครัดการที่หนูสอบติดที่นี่ก็เพราะหลักการบริหารเวลา อย่างตอนนี้ก็ทำอยู่หนูมีตารางไว้เลยว่าในวันนี้เรียนอะไร มีงานอะไรบ้าง เลิกเรียนต้องทำอะไรบ้าง ถ้าต้องมีนัดกับเพื่อนก็จะรีบทำงานที่อาจารย์สั่งให้เสร็จก่อน หนูจึงค่อยไปเที่ยวกับเพื่อน ”

ธาดา : “ ทุกเวลานาทีของผมนั้นมีค่าตลอด เพราะผมนำมาทำงานไปด้วย เรียนไปด้วย ดังนั้นเวลาเรียนผมนั้นก็จะเรียนเต็มที่เพราะเวลาเรียนเสร็จผมนั้นจะต้องไปทำงานกว่าจะกลับถึงหอพักประมาณ 5 ทุ่มถึงเที่ยงคืน ผมแทบไม่มีเวลาไปเล่นไปเที่ยวเตร่ที่ไหนเท่าใดนัก ”

น้ำค้าง : “ หนูทำงานไปด้วยเรียนไปด้วย หนูไม่ทำให้การทำงานกระทบกับการเรียน โดยหนูพยายามจัดสรรเวลาไม่ให้กระทบกัน ในเวลาเรียนหนูจะตั้งใจเรียนให้เข้าใจเรื่องที่เรียนให้มากที่สุด หนูไม่ได้มีเวลาร่างเหมือนเพื่อนคนอื่น ๆ เพราะบางคนเรียนอย่างเดียวแต่หนูเรียนไปด้วยทำงาน ”

ทอรั้ง : “ เวลาเห็นที่ไหนรับปริญญา แล้วหนูซนลูก อิจฉา ทำให้หนูคิดว่าจะต้องตั้งใจเรียนให้จบ หนูคิดว่าคนเราต่อให้สวยแค่ไหน รวยแค่ไหนถ้าเรียนไม่จบ ก็ไม่มีคุณค่า บางครั้งหนูอาจจะดูเล่นไปบ้าง แต่ก็ไม่ได้ทำให้เสียการเรียน เพราะความหวังของหนูคือการตั้งใจเรียนให้จบ ”

จากการบริหารเวลาชีวิตของนักศึกษาก่อให้เกิดผลดีต่อการดำเนินชีวิตของพวกเขา เพราะทำให้รู้ว่าในแต่ละวันต้องทำอะไรบ้าง อะไรที่เป็นงานเร่งด่วน อะไรเป็นสิ่งสำคัญ จากการบริหารเวลาของชีวิตทำให้พวกเขาใช้เวลาในแต่ละวันเกิดความคุ้มค่า และเป็นการฝึกให้มีความมีระเบียบวินัย ตรงต่อเวลา แยกแยะบทบาทของตนเองได้ว่าเวลาไหนควรทำอะไร

### มีความเอื้ออาทร

ในชีวิตประจำวันนักศึกษาที่ต้องพบปะผู้คนมากหน้าหลายตา การพบเห็นคนที่ยากไร้ ก็ทำให้พวกเขาเกิดความสงสาร เห็นอกเห็นใจคนที่ด้อยกว่าความรู้สึกที่เกิดขึ้น ทำให้พวกเขาแสดง พฤติกรรมที่สะท้อนถึงความเอื้ออาทร ความห่วงใยเพื่อนมนุษย์ด้วยกันด้วยการช่วยเหลือ หรือการ แสดงน้ำใจทุกครั้งเมื่อมีโอกาส ดังกรณีต่อไปนี้

น้ำค้าง : ที่บ้านสอนว่าเวลาเห็นใครเดือดร้อน ทุกข์ยากช่วยเหลือได้ก็ควรที่จะช่วยเหลือเขา เวลาเห็นคนยากจนหนูจะสงสารที่เขาไม่สามารถเลิกเกิดได้ หนูจะให้เงินกับขอทานอยู่เป็นประจำเวลาที่หนูเห็น "

แพรว : " หนูไปสนามหลวงเจอเด็กนักเรียนใส่ชุดนักเรียนนั่งตีขิม เพื่อขอรับเงินบริจาคหนูรู้สึกสงสารเด็กคนนั้นแต่เพื่อนหนูที่ไปด้วยกันบอกว่าถ้าเขาอยากจนจริง เขาคงไม่มีเงินมาซื้อขิมหรอก แต่มีขิมเป็นของตัวเองแสดงว่ายังไม่ลำบากเท่าไร แต่หนูกลับคิดตรงข้ามกับเพื่อน หนูมองว่าเด็กคนนี้น่าสงสาร เขาคงมีความจำเป็นจริง ๆ ถ้าเขาไม่ขาดแคลนคงไม่มานั่งตีขิมที่สนามหลวงหรอก "

กอหญา : " หนูชอบช่วยเหลือคนที่ด้อยโอกาส หนูอยากช่วยเหลือพวกเขา เพราะคนเราเลือกเกิดไม่ได้ หนูจะสงสารทุกครั้งที่เห็นคนที่ด้อยกว่าหรือมีฐานะยากจนกว่าหนู อย่างขอทานเวลาหนูเจอจะให้เงินเขาทุกครั้งแม้รู้ว่าขอทานบางคนมีหัวหน้า ทำกันเป็นขบวนการ แต่หนูสงสารเขา อยากช่วยเหลือเขามากกว่า "

น่าสนใจกรณีของกระต่าย ที่นอกจากจะมีความเอื้ออาทร ความเห็นอกเห็นใจเวลาพบเห็นบุคคลที่อยู่ในสถานภาพลำบากมากกว่าตนเอง กระต่ายจะรู้สึกโกรธและไม่พอใจบุคคลที่มีสถานภาพที่ช่วยเหลือคนอื่นได้ แต่เขาไม่ทำ กระต่ายกล่าวว่า " เมื่อเดือนที่แล้วหนูขึ้นรถเมย์บนรถมีคนแน่น หนูยืนเห็นคนแก่ขึ้นรถมาแล้วยืนข้าง ๆ หนู บนรถไม่มีใครแสดงความมีน้ำใจลุกให้คนแก่นั่งเลยหนูเห็นผู้ชายที่อยู่ข้าง ๆ เขากลับนั่งเฉยไม่สนใจว่ามีคนแก่ยืนอยู่บนรถ หนูโมโหและโกรธผู้ชายคนนั้นอย่างมาก ที่เขาไม่แสดงความมีน้ำใจลุกให้คนแก่นั่ง หนูจึงมาคิดว่าเดี๋ยวนี้ความมีน้ำใจของคนไทยมันหายากแล้วหรือ "

ผู้วิจัยพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความเอื้ออาทร เห็นอกเห็นใจต่อผู้อื่น ส่วนหนึ่งที่มีรากฐานมาจากการได้รับการขัดเกลาจากคนในครอบครัวมาตั้งแต่เด็กจากการที่ผู้ปกครองพาไปวัด ทำบุญ ทำทาน เมื่อพวกเขาโตขึ้นมาจึงมีความเอื้ออาทร เห็นอกเห็นใจผู้อื่น ดังกรณีของแพรวที่กล่าวว่า



" การที่หนูมีความสงสาร เห็นอกเห็นใจคนอื่นอาจเป็นเพราะว่าตอนเด็ก ๆ พ่อกับแม่พาหนูไปวัดเป็นประจำ พาไปทำบุญ " และกรณีของกอหญ้าที่ทางบ้านฝึกมาตั้งแต่เด็กให้มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น และไม่ได้หวังผลคือคาดหวังว่าจะได้อะไรตอบแทน โดยกอหญ้ากล่าวไว้ว่า " ที่บ้านฝึกหนูมาตั้งแต่เล็กให้เห็นใจคนที่ทุกข์ยากกว่าเรา ถ้าช่วยเขาได้ก็ควรช่วยเหลือเขา หนูคิดแบบนี้มาตั้งแต่เด็กแล้วและไม่ได้ทำเพื่อหวังผลหรือการเอาหน้า หนูมองว่าสิ่งที่หนูทำในวันหนึ่งถ้าเดือดร้อนความดีที่เคยทำไว้ จงส่งผลช่วยให้หนูมีความลำบากน้อยลงได้ "

จะเห็นได้ว่าการที่นักศึกษามีความเอื้ออาทร ส่วนหนึ่งคือการได้รับการปลูกฝัง อบรมสั่งสอนมาตั้งแต่เด็กทำให้พวกเขาซึมซับ ยอมรับและนำมาปฏิบัติ โดยในกลุ่มตัวอย่างที่ผู้วิจัยสัมภาษณ์ทั้งหมดเป็นนักศึกษาต่างจังหวัด โดยครอบครัวในสังคมต่างจังหวัดมีส่วนร่วมอย่างมากในการหล่อหลอมให้บุตรหลานเกิดความเอื้ออาทร เห็นอกเห็นใจผู้อื่น จากการไปวัดทำบุญตั้งแต่เด็ก สอดคล้องกับการศึกษาของ สุวิมล ว่องวานิช และนางลักษณ์ วิรัชชัย (2543) ซึ่งพบว่านักศึกษาที่มีภูมิลำเนาในกรุงเทพมหานครมีคุณธรรมต่ำกว่านักศึกษาที่มีภูมิลำเนาต่างจังหวัดอธิบายได้ว่าสังคมที่มีลักษณะสังคมเมืองมีกลไกของกระบวนการทางสังคมที่ซับซ้อน ทำให้เกิดการแก่งแย่งแข่งขันกันมากกว่าสังคมชนบท ก่อให้เกิดค่านิยมในการแสวงหาประโยชน์ส่วนตนมากกว่าบุคคลที่มีภูมิลำเนาต่างจังหวัด เนื่องจากต้องกระทำกรใด ๆ เพื่อบรรลุและตอบสนองความต้องการพื้นฐานของตนเองก่อนจึงจะสนใจผู้อื่นหรือส่วนรวม

### **พฤติกรรมการดำรงชีวิตแบบพอเพียงด้านสิ่งแวดล้อม**

พฤติกรรมการดำรงชีวิตแบบพอเพียงด้านสิ่งแวดล้อมของนักศึกษา คือการที่นักศึกษารู้จักใช้และจัดการทรัพยากรอย่างฉลาด และรอบคอบเพื่อให้เกิดความยั่งยืนสูงสุด ประกอบด้วย ทัศนคติ/ของสาธารณะ และการอนุรักษ์พลังงาน ดังรายละเอียดต่อไปนี้

#### ทัศนคติ/ของสาธารณะ

กรณีของชอปเปอร์ น้อยหน้า และต้นข้าว เป็นตัวอย่างของการแสดงพฤติกรรมการดำรงชีวิตแบบพอเพียงด้านสิ่งแวดล้อม ด้วยการมีจิตสำนึกรักษาของสาธารณะ โดยพวกเขาไม่ได้มองของสาธารณะไม่ใช่ของตนเอง แต่พวกเขาจะตระหนักว่าของสาธารณะคือของของพวกเขาด้วยเพราะพ่อ แม่ ผู้ปกครองของพวกเขาได้เสียภาษี เพื่อสร้าง สาธารณสมบัติขึ้นมา ทำให้พวกเขามีการใช้ของสาธารณะ ตลอดคอยดูแลสาธารณสมบัติอยู่ตลอดเวลา ดังคำกล่าวต่อไปนี้

ชอปเปอร์ : “ สิ่งของต่าง ๆ ที่เป็นของสาธารณะเราต้องมีส่วนในการดูแล เพราะมันเป็นเงินของพ่อแม่เราที่เสียภาษี ดังนั้นของสิ่งของสาธารณะพวกเราทุกคนเป็นเจ้าของ ดังนั้นผมไม่ได้นั่งนอนใจเวลาที่ผมเห็นใครทำลายข้าวของสาธารณะ ”

น้อยหน้า : “ หนูเกลียดมาก ๆ ไข่พวกที่ชอบทำลายสิ่งของสาธารณะ เช่น กำแพงของเขาสวยอยู่แล้ว ก็ไปพ่นสี ชีดเขียน ประจานสถาบันของตนเอง ทำไมเขาไม่คิดว่าของสาธารณะคือของที่ทุกคนเป็นเจ้าของร่วมกัน ”

ต้นข้าว : “ หนูไม่ถึงกับต้องไปสอดส่อง คอยดูแลให้กับสังคมว่าใครกำลังทำอะไรที่เป็นการทำลายข้าวของสาธารณะบ้าง แต่เวลาใดที่หนูเห็นก็จะไม่ปล่อยให้ผ่านไปเลย เช่น หนูเห็นโทรศัพท์สาธารณะในมหาวิทยาลัยเสีย หนูก็จะแจ้งให้องค์การโทรศัพท์เข้ามาซ่อม จะไม่ปล่อยให้เสียอยู่นาน ”

ผู้วิจัยพบว่าการเห็นแก่ประโยชน์ของส่วนรวม การตระหนักในความสำคัญกับสาธารณสมบัติเกิดขึ้นได้เมื่อนักศึกษาเรียนรู้เป็น เข้าใจปัญหา และรู้จักคุณค่าของตนเอง และการเกิดความรู้สึกตระหนักและเห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม ไม่ได้เกิดจากการบอกเล่าการเรียนในห้องเรียนคำบรรยายของผู้สอนในแต่ละวิชา แต่นักศึกษาจะต้องมีความเชื่อมั่น กล้าตัดสินใจลงไปทำกิจกรรมด้วยตนเอง การลงมือปฏิบัติจริงผ่านกระบวนการคิดอย่างมีวิจารณญาณ ล้วนเป็นตัวหล่อหลอมจิตใจให้รู้จักทำงานเสียสละ คำนึงถึงประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าส่วนตัว

### อนุรักษ์พลังงาน

ความสนใจในสิ่งแวดล้อม ด้วยการประหยัดพลังงาน มีจิตสำนึกในการอนุรักษ์พลังงาน ดังกลุ่มตัวอย่างคือกระต่าย อาร์ท แชมป์ ที่มีการแสดงพฤติกรรมในชีวิตประจำวันโดยการอนุรักษ์พลังงาน ดังคำกล่าวต่อไปนี้

กระต่าย : “ หนูเป็นของหนูมาตั้งแต่เด็กแล้ว ก่อนที่จะเป็นกระแสนี้ให้คนหันมาใส่ใจภาวะโลกร้อนอีก ตั้งแต่เล็กจนโตหนูใส่ใจสิ่งแวดล้อมรอบ ๆ ตัวหนู ที่บ้านถ้าใครลืมปิดไฟ หนูก็จะพูดจนกลายเป็นเหมือนบ่นไป คอมพิวเตอร์หนูก็ปิดหน้าจอ เวลาหนูซื้อของหนูจะมีกระเป๋าสวนตัวของหนูติดตัวตลอด หนูจะบอกแม่ค้าว่าไม่ต้องใส่ถุงพลาสติก เพื่อนบางคนว่าหนูไร้สาระใส่ใจในเรื่องไม่เป็นเรื่อง หนูยังคิดเล่นนะว่าถ้าทุกคนคิดแบบเพื่อนของหนูกันหมด สังคมและโลกเราจะเป็นอย่างไร ”

อาร์ท : “ เวลาผมจะไปไหน ถ้าใกล้ ๆ เช่น แค่น้ำย สองป้ายรถเมล์ ผมจะเดินไป ผมมองว่าการกระทำเล็ก ๆ น้อย ๆ ก็สามารถที่จะช่วยอนุรักษ์พลังงานและช่วยลดภาวะโลกร้อนได้ และอีกอย่างผมก็ได้ออกกำลังกายด้วย ”

แซมบี้ : เวลาผมไปเรียน ห้องเรียนส่วนใหญ่ของผมจะอยู่ที่ชั้น 4 และชั้น 5 ถ้าผมอยู่คนเดียว ผมจะไม่ขึ้นลิฟท์ ผมมองว่ามันสิ้นเปลืองการกดลิฟท์แต่ครั้งต้องใช้เวลา และต้องเสียเงินไปด้วย ถ้ามีคนขึ้นด้วยกันเยอะ ๆ ผมก็ขึ้นด้วยเป็นการใช้ลิฟท์ที่คุ้มค่า ”

ส่วนกรณีของสีน้ำที่มีการนำของที่เก่านำมาดัดแปลงใหม่ ทำให้กลายเป็นของใช้ที่ใหม่ ทำให้เกิดการประหยัดไม่ต้องเสียเงินซื้อของใหม่ โดยสีน้ำบอกว่า “ อย่างเสื้อผ้าเก่า ๆ ของหนู บางส่วนหนูนำไปบริจาคเพื่อให้คนยากจน แต่บางส่วนหนูมองว่ามันยังดีอยู่ หนูจะนำมากลับมา ตกแต่งใหม่กลายเป็นของใหม่เป็นแฟชั่นใหม่ เสื้อผ้าก็ไปซื้อลูกบิดมาใส่ ทำให้ดูเก๋ไก๋ดี อย่างต่างหูคู่นี้ที่หนูใส่อยู่ราคาแค่คู่ละ 20 บาท เมื่อหนูเบื่อก็จะนำไปติดที่รองเท้า ทำให้ดูเท่ไปอีกแบบ ”

จะเห็นได้ว่าในการดำเนินชีวิตประจำวันของนักศึกษาจะมีหลักในการดำเนินชีวิต ตลอดจนการนำหลักเศรษฐกิจพอเพียงมาเป็นแบบแผนในการดำเนินชีวิตในมิติต่าง ๆ ทั้งด้าน สังคม วัฒนธรรม เศรษฐกิจ จิตใจ และสิ่งแวดล้อม โดยบางคนอาจจะยึดถือและปฏิบัติอยู่เป็นประจำ แต่บางคนอาจจะเลือกที่จะใช้หลักเศรษฐกิจพอเพียงในบางสถานการณ์ หรือในช่วงเวลา/ บริบทที่พวกเขาเห็นว่าเหมาะสม เป็นการปรับใช้หลักเศรษฐกิจพอเพียงในบางส่วนของชีวิต ดังคำกล่าวของสุเมธ ตันติเวชกุล กล่าวไว้ว่า (2548 : 147) การประยุกต์ใช้เศรษฐกิจพอเพียง ระดับบุคคลต้องสามารถทำให้เป็นที่พึ่งตนเองได้ใน 5 ด้าน คือ จิตใจ สังคม เทคโนโลยี ทรัพยากร ธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม เศรษฐกิจ นอกจากนี้ยังต้องรู้จักคำว่าพอไม่เบียดเบียนผู้อื่นพยายาม พัฒนาตนเองเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งและความชำนาญ ทำได้ดังที่กล่าวมาก็จะมีความสุข กับชีวิตที่พอเพียง ดังนั้นการที่จะให้บุคคลมีการดำเนินชีวิตโดยยึดหลักความพอเพียงอย่างได้ผล จำเป็นที่จะต้องผ่านกระบวนการเรียนรู้ด้วยตนเอง หรือร่วมกับผู้อื่น การเรียนรู้ที่ผ่านกระบวนการ ไตร่ตรองและเรียนรู้จากการปฏิบัติ การแลกเปลี่ยนข้อคิดเห็นและประสบการณ์ระหว่างผู้ที่มีความสนใจร่วมกัน จะทำให้สามารถตระหนักถึงประโยชน์และความสุขที่จะได้รับจากการนำหลัก เศรษฐกิจพอเพียงไปใช้ ดังคำกล่าวของเสรี พงศ์พิศ (2550 : 8) ที่ว่าเศรษฐกิจพอเพียงไม่อาจ เกิดขึ้นได้เพราะมีคนสั่งให้ทำ มีเงินมาให้ทำ แต่ทำไปเพราะใจบอกให้ทำ เศรษฐกิจพอเพียงเกิดได้ด้วยปัญญา เกิดได้ “ถ้าใจปราถนา”

## บทที่ 6

### บทสรุป

#### สรุปผลการศึกษา

การศึกษานี้ผู้วิจัยมีวัตถุประสงค์หลักเพื่อทำความเข้าใจวิธีคิด มุมมองของนักศึกษาต่อความพอเพียงของตนเอง โดยมีประเด็นคำถามเบื้องต้นในการศึกษา คือ ความหมายของความพอเพียงในมุมมองของนักศึกษาเป็นอย่างไร นักศึกษามีการเรียนรู้การใช้ชีวิตแบบพอเพียงจากแหล่งใด ในลักษณะใดบ้าง และพฤติกรรมการดำรงชีวิตแบบพอเพียงของนักศึกษามีลักษณะใดบ้าง โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพเป็นแนวทางในการวิเคราะห์ข้อมูล มีการรวบรวมข้อมูลด้วยวิธีการสัมภาษณ์ การสังเกตการณ์ และการสนทนากลุ่ม ในกลุ่มตัวอย่าง นักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร ที่พักอาศัยอยู่หอพัก จำนวน 30 คน ผลการศึกษามีรายละเอียดจำแนกตามวัตถุประสงค์ในการศึกษา ดังนี้

1. เพื่อศึกษาความหมายของความพอเพียงในมุมมองของนักศึกษา
2. เพื่อศึกษาการเรียนรู้การใช้ชีวิตแบบพอเพียงของนักศึกษา
3. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการดำรงชีวิตแบบพอเพียงของนักศึกษา

#### 1. ความหมายของความพอเพียงในมุมมองของนักศึกษา

ความหมายของความพอเพียงในมุมมองของนักศึกษา คือ 1) การมีความสุขในชีวิต ประกอบด้วยความสุขจากการได้รับความรัก ความอบอุ่นในครอบครัว ตลอดจนการมีฐานะทางเศรษฐกิจในครอบครัวที่ไม่เดือดร้อนจนเกินไป , ความสุขจากสิ่งที่มีอยู่ เป็นความสุขที่เกิดจากการยอมรับความเป็นจริงของตนเอง มีความภาคภูมิใจ พอใจกับชีวิตของตนเองในปัจจุบัน , ความสุขจากการกระทำในสิ่งที่ตนเองรัก กระทำด้วยตนเอง ไม่สร้างความสะดวกสบายให้กับใคร และความสุขที่เกิดจากใจ คือใจที่รู้จักพอ ชีวิตก็จะมีความสุข 2) ความพอใจในสิ่งที่ตนเองมีอยู่/เป็นอยู่ ด้วยการหาจุดพอดีให้กับตนเองและพอใจในสิ่งที่ตนเองเป็นอยู่ทั้งทางด้านร่างกาย เศรษฐกิจ สังคม ไม่เกิดความรู้สึกอยากได้ อยากมีหรืออยากเป็นในสิ่งที่เกินกำลังของตนเอง 3) การประมาณศักยภาพ/ความสามารถของตนเอง คือการรู้จักตนเองใช้ชีวิตที่พอประมาณกับฐานะของตนเองไม่ทำให้ตนเองหรือผู้อื่นเดือดร้อน และการใช้ชีวิตที่เรียบง่าย 4) ชีวิตที่พอเพียงได้ด้วยเงิน ประกอบด้วยการมีเงินเพียงพอที่ทำให้ไม่เดือดร้อน โดยเงินเป็นเงื่อนไขสำคัญที่ทำให้ชีวิตเกิดความพอเพียงได้

## 2. การเรียนรู้การใช้ชีวิตแบบพอเพียงของนักศึกษา

การเรียนรู้การใช้ชีวิตแบบพอเพียงของนักศึกษาขึ้นอยู่กับเงื่อนไข 2 ประการคือเงื่อนไขภายใน และเงื่อนไขภายนอก ดังนี้

1. เงื่อนไขภายใน คือเงื่อนไขที่มาจากตัวนักศึกษาเอง คือความเป็นตัวตนของนักศึกษาที่มีพัฒนาการมาตั้งแต่เด็กทั้งทางร่างกาย อารมณ์ สังคม สติปัญญา ที่ทำให้นักศึกษามีโลกทัศน์ วิถีคิด ความสามารถในการคิดพิจารณา และประเมินสถานการณ์ต่างๆ ในชีวิตประจำวัน ประกอบด้วย การรู้จักตัวเองว่ามีความต้องการอะไร รวมถึงความสามารถในการควบคุมความต้องการของตนเอง , การยึดติดของแต่ละบุคคล เพราะการยึดติดกับวัตถุสิ่งของในสิ่งๆ ที่ตนเองไม่มีหรือยังขาดอยู่ ทำให้บุคคลมีความต้องการตลอดเวลา และการหักห้ามใจตนเองเพื่อระงับต่อความต้องการที่เกิดขึ้น

2. เงื่อนไขภายนอกคือเงื่อนไขจากการได้รับการขัดเกลาจากตัวแทนทางสังคมในหลากหลายรูปแบบ ทำให้นักศึกษามีการเรียนรู้ทั้งทางตรง และทางอ้อม ดังนี้ 1) การขัดเกลาชีวิตที่พอเพียงโดยสถาบันครอบครัว ได้แก่การเรียนรู้จากสภาพแวดล้อมภายในครอบครัวว่ามีฐานะยากจน ทำให้พวกเขาเรียนรู้การประหยัด รู้ค่าของเงิน ไม่ฟุ่มเฟือย และสภาพครอบครัวที่มีความขัดแย้ง ทำให้พวกเขารู้จักรับผิดชอบตัวเอง นำบทเรียนในชีวิตครอบครัวมาเป็นคติในการดำเนินชีวิต , การปลูกฝัง/การอบรมจากสมาชิกในครอบครัวให้ใช้ชีวิตที่พอเพียง ด้วยการประหยัดรู้ค่าของเงิน ประมาณฐานะของตนเอง และปลูกฝังหลักในการดำเนินชีวิตด้วยความไม่ประมาท เลือคบเพื่อน และแบบอย่างการใช้ชีวิต ค่านิยมของสมาชิกในครอบครัว ส่งผลให้เด็กซึมซับและนำมาปฏิบัติ 2) การขัดเกลาชีวิตที่พอเพียงโดยสถาบันการศึกษา ทำให้นักศึกษามีการเรียนรู้ทางตรงคือการได้รับการอบรมสั่งสอน ปลูกฝังจากครูบาอาจารย์ และการเรียนรู้ทางอ้อมคือการเห็นแบบอย่างการใช้ชีวิตทั้งครูอาจารย์ กลุ่มเพื่อน รวมไปถึงสภาพแวดล้อม บรรยากาศในการเรียนการสอน ทำให้นักศึกษาตระหนักถึงการใช้ชีวิตแบบพอเพียง 3) การขัดเกลาชีวิตที่พอเพียงโดยกลุ่มเพื่อน ด้วยการทำตามแบบอย่างเพื่อนทั้งพฤติกรรมที่พึงประสงค์และไม่พึงประสงค์ เพื่อเป็นที่ยอมรับในกลุ่มเพื่อน และการเปรียบเทียบตนเองกับกลุ่มเพื่อน ทำให้เกิดการเลียนแบบพฤติกรรมของเพื่อน 4) การขัดเกลาชีวิตที่พอเพียงโดยสื่อมวลชน ทำให้นักศึกษาเกิดการยอมรับและลอกเลียนแบบ รวมไปถึงการเลือกบริโภคข่าวสารที่สื่อสารมวลชนนำเสนอ

### 3. พฤติกรรมการดำรงชีวิตแบบพอเพียงของนักศึกษา

พฤติกรรมการดำรงชีวิตแบบพอเพียงของนักศึกษามีหลายวิธี หลายรูปแบบ โดยพฤติกรรมนั้นมีลักษณะที่ครอบคลุมทั้งทางด้านเศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรม จิตใจ และสิ่งแวดล้อมโดยมีรายละเอียดดังนี้

1. พฤติกรรมการดำรงชีวิตแบบพอเพียงด้านเศรษฐกิจ ประกอบด้วย การวางแผนทางการเงิน ด้วยการการทำบัญชีรายรับ-รายจ่ายเพื่อจะรู้ว่าเงินถูกใช้ไปกับอะไรบ้าง การจัดสรรเงินที่ได้รับในรูปแบบของการวางแผนการใช้เงินในแต่ละวัน มีการกั้นเงินไว้ในยามที่ฉุกเฉิน การเก็บออมอยู่เป็นประจำ เพื่อเป็นทุนสำรองและใช้จ่ายในยามจำเป็น และเก็บสะสมเงินเพื่อซื้อในสิ่งที่ต้องการโดยไม่รบกวนทางบ้าน , มีการใช้จ่ายอย่างมีสติ ได้แก่การใช้จ่ายเงินที่จำเป็น มีความคุ้มค่าที่ซื้อ ไม่ซื้อเพียงเพื่อตอบสนองของความอยากได้ หรือซื้อเพราะเป็นแฟชั่น การไตร่ตรองอย่างรอบคอบก่อนตัดสินใจ หาข้อมูลประกอบการซื้อแต่ละครั้ง การพิจารณาความคุ้มค่าของเงินที่เสียไปว่ามีความสมเหตุสมผลหรือไม่ และการหารายได้เสริมเนื่องจากฐานะทางบ้านไม่ดี เงินที่ได้รับไม่พอใช้ และการแสวงหาประสบการณ์ชีวิต

2. พฤติกรรมการดำรงชีวิตแบบพอเพียงด้านสังคมประกอบด้วย การเข้าร่วมกิจกรรมเพื่อสังคม เนื่องจากการเป็นนักศึกษาต้องเรียนรู้ชีวิตรอบด้าน ทั้งการเรียน กิจกรรมของมหาวิทยาลัย ทำให้เป็นประสบการณ์ที่หล่อหลอมให้นักศึกษามีพฤติกรรมที่คำนึงถึงผลประโยชน์ของส่วนรวมเป็นหลัก การเลือกคบเพื่อน การมีน้ำใจ เอื้อเฟื้อแบ่งปันกันในกลุ่มเพื่อน การสังสรรค์ในกลุ่มเพื่อนเป็นการสะสมประสบการณ์ทำให้ชีวิตมีเพื่อนหลากหลาย ทำให้มีภูมิคุ้มกันในตัวเอง

3. พฤติกรรมการดำรงชีวิตแบบพอเพียงด้านวัฒนธรรม ประกอบด้วย การรู้เท่าทันวัฒนธรรมอื่น พวกเขาไม่ได้หลงไหล คลั่งไคล้โดยปราศจากเหตุผล หรือหลงลืมในความเป็นไทย แต่พวกเขาเลือกบริโภควัฒนธรรมอื่นที่เห็นว่าดี มีคุณค่า ร่วมไปด้วย และความพอเพียงแบบไม่ตกยุคสมัย โดยการใช้ชีวิตที่ทันสมัย ตามแฟชั่นแต่มีความพอเพียง

4. พฤติกรรมการดำรงชีวิตแบบพอเพียงด้านจิตใจ ประกอบด้วย การบริหารเวลาของชีวิต เป็นการจัดสรรเวลาในชีวิตประจำวัน เพื่อให้สามารถกระทำในสิ่งต่าง ๆ ให้สำเร็จ ลุล่วง และการมีความเอื้ออาทร เห็นอกเห็นใจต่อผู้อื่น มีความสงสารคนที่ด้อยกว่า

5. พฤติกรรมการดำรงชีวิตแบบพอเพียงด้านสิ่งแวดล้อมประกอบด้วย รักษาสาธารณสมบัติ/ของสาธารณะ มีจิตสำนึกรักษาของสาธารณะ และการอนุรักษ์พลังงาน ด้วยการใส่ใจในสิ่งแวดล้อมรอบตัว

## ข้อค้นพบและอภิปรายผลการศึกษา

1. จากการให้ความหมายต่อความพอเพียงในมุมมองของนักศึกษา คือการมีความสุขในชีวิต, ความพอใจในสิ่งที่ตนเองมีอยู่/เป็นอยู่, การประมาณศักยภาพ/ความสามารถของตนเอง และชีวิตที่พอเพียงได้ด้วยเงิน จะเห็นได้ว่าความหมายต่อความพอเพียงของนักศึกษาแต่ละคนต่างกัน เนื่องมาจากความแตกต่างของการอบรมเลี้ยงดูสภาพแวดล้อม สภาพสังคมที่ได้หล่อหลอมให้แต่ละคนผ่านประสบการณ์ชีวิต ที่กำหนดระบบคุณค่าและโลกทัศน์ของนักศึกษา นอกจากนี้ความหมายของความพอเพียงในคนเดียวกัน แต่ต่างเวลาก็น่าจะเปลี่ยนแปลงได้ ขึ้นอยู่กับเงื่อนไขภายในและภายนอก ตลอดจนสภาวะแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไปอยู่ตลอดเวลา จากความหมายของความพอเพียงที่กล่าวมา จะพบว่าความพอเพียงเป็นสิ่งที่หาได้จากกิจกรรมในชีวิตประจำวันแต่ละด้าน ถ้าทุกคนรู้จักคำว่า "พอดี" เพราะคำว่าพอดีเป็นรากฐานของความพอเพียงที่เกิดจากความพอใจในการใช้ชีวิตอย่างพอดี รู้จักระดับความพอเพียงของตนเอง ถ้าคนเรามีความพอดีก็จะมีชีวิตที่พอเพียงตามมา สอดคล้องกับพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวเมื่อวันที่ 4 ธันวาคม 2541 ที่ว่า "...คนเราถ้าพอในความต้องการ มันก็มีความโลภน้อย เมื่อมีความโลภน้อย ก็เบียดเบียนคนอื่นน้อย ถ้าประเทศไทยมีความคิดอันนี้ มีความคิดว่าทำอะไรต้องพอเพียง หมายความว่า พอประมาณ ซื่อตรง ไม่โลภอย่างมาก คนเราก็อยู่เป็นสุข..." ดังนั้นความหมายของความพอเพียงนั้นจึงกว้างและครอบคลุม ทุกๆด้าน อาจกล่าวได้ว่าอยู่ในการดำรงชีวิตของคนเรา หากเรารู้จักนำมาประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์

2. การเรียนรู้การใช้ชีวิตแบบพอเพียงของนักศึกษา ประกอบด้วยเงื่อนไข 2 อย่าง คือ เงื่อนไขที่มาจากตัวของนักศึกษา และเงื่อนไขที่มาจากทางสังคม ทั้งการขัดเกลาทางตรงและการขัดเกลาทางอ้อม จากครอบครัว สถาบันการศึกษา กลุ่มเพื่อน และสื่อสารมวลชน ทำให้นักศึกษาซึมซับ เกิดความตระหนักจนนำมาสู่การยึดเป็นหลักในการดำเนินชีวิต ดังนั้นการที่จะส่งเสริม สนับสนุนให้นักศึกษามีการใช้ชีวิตแบบพอเพียง จะต้องเริ่มต้นจากสถาบันครอบครัวเป็นอันดับแรก โดยพ่อ แม่ ผู้ปกครองจะต้องปลูกฝังและถ่ายทอดค่านิยมการใช้ชีวิตแบบพอเพียงทั้งการอบรมสั่งสอน การประพฤติตนเป็นแบบอย่างอาจจะทำได้โดยการที่พ่อแม่มีความสามัคคี สร้างความอบอุ่นให้แก่ลูก ๆ ในบ้าน เป็นตัวอย่างที่ดีในเรื่องของการดำเนินชีวิตในสังคม เด็กก็จะเรียนรู้เรื่องราวสิ่งต่าง ๆ ได้ด้วยตัวเอง เด็กสามารถพิจารณา ตัดสินใจเลือก/ไม่เลือก กระทำด้วยตัวของเขาเอง ดังที่ทีศนา แชมมณี (2546) อธิบายว่าการปลูกฝังค่านิยมใดให้ได้ผล จำเป็นต้องให้ผู้เรียนเห็นคุณค่าของสิ่งนั้น และเรียนรู้วิธีการที่จะกระทำสิ่งนั้น ๆ อย่างเหมาะสม เมื่อเห็นคุณค่าและรู้วิธีการแล้วก็สนับสนุนให้ลงมือทำจริง ปฏิบัติจริงอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอ

ดังนั้นเมื่อเด็กได้รับการอบรมสั่งสอน ถ่ายทอดความรู้และการขัดเกลาทางสังคมอย่างถูกต้อง จะทำให้เด็กวัยเรียนสามารถเรียนรู้ค่านิยม กฎเกณฑ์ทางสังคม มีพัฒนาการด้านคุณธรรม จริยธรรม และพฤติกรรมทางสังคมที่เหมาะสม ทำให้เด็กเมื่อโตขึ้นมาจะมีภูมิคุ้มกันในชีวิต ไม่หลงไหลคลั่งไคล้ หรือถูกชักจูงไปมีค่านิยมแบบบริโภคนิยมได้ง่าย สอดคล้องกับการศึกษาของ พัทธินทร์ สิริสุนทร (2546) พบว่าสถาบันครอบครัวมีบทบาทสำคัญที่สุดในการอบรมเลี้ยงดูและชี้แนะวิธีการดำเนินชีวิตประจำวัน โดยการเรียนรู้ผ่านการว่ากล่าว ตักเตือน และชี้แนะ และการกระทำให้ดูเป็นตัวอย่าง ดังนั้นแบบอย่างคุณธรรมและจริยธรรมของพ่อ แม่ ผู้ใหญ่ ในครอบครัว และสังคม ถือได้ว่าเป็นปัจจัยสำคัญต่อการเรียนรู้และเลียนแบบพฤติกรรมของเด็ก หากผู้ใหญ่มีแบบแผนพฤติกรรมที่พึงประสงค์ การที่จะทำให้เด็กเรียนรู้พฤติกรรมที่ดียอมเป็นสิ่งที่สามารถเกิดได้ง่ายขึ้นจากการซึมซับพฤติกรรมที่ดี สำหรับในส่วนของสถาบันการศึกษาพบว่า สถาบันการศึกษามีส่วนในการปลูกฝังให้นักศึกษาเรียนรู้หลักของความพอเพียง ด้วยการจัดการเรียนการสอนในรายวิชาในกลุ่มมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ที่สอดแทรกเนื้อหาความพอเพียง เพื่อให้นักศึกษายึดถือในการดำเนินชีวิตประจำวัน อาจารย์เป็นแบบอย่างที่ดีให้แก่ศึกษารวมถึงมีการจัดกิจกรรมต่างๆ ด้านกีฬา ศิลปวัฒนธรรม และการช่วยเหลือสังคม ในรูปของการรวมกลุ่มเพื่อกำหนดเป้าหมาย จากงานวิจัยของทพวงมหาวิทยาลัย (2537 :58) พบว่าการที่นักศึกษาเข้าร่วมกิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์จะช่วยให้นักศึกษาได้เรียนรู้การอยู่ร่วมกันเป็นหมู่คณะ ได้รับประสบการณ์ตรงและเพิ่มทักษะการติดต่อ ประสานงาน เพิ่มจิตสำนึกต่อสังคม รู้จักการเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดีรู้จักวิธีแก้ปัญหา มีความสามัคคีในหมู่คณะ และเข้าใจขนบธรรมเนียมประเพณี

3. พฤติกรรมการดำรงชีวิตแบบพอเพียงของนักศึกษา มีหลากหลายรูปแบบครอบคลุมทั้งมิติเศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรม จิตใจ และสิ่งแวดล้อม ขึ้นอยู่กับว่าแต่ละคนจะเลือกใช้แนวทางการดำเนินชีวิตแบบใดที่เหมาะสมกับฐานะ ความเป็นอยู่ของตนเองให้มากที่สุด เพราะฐานะของแต่ละคนไม่เท่ากัน ดังที่คณะอนุกรรมการขับเคลื่อนเศรษฐกิจพอเพียง ( 2547 : 79-80) อธิบายว่าการจะนำเศรษฐกิจพอเพียงไปประยุกต์ใช้ให้ได้ผลในการดำเนินชีวิตจำเป็นต้องเริ่มต้นจากการมีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องว่าเศรษฐกิจพอเพียงหมายถึงอะไร และมีหลักการสำคัญอะไรบ้างที่จะนำไปใช้เป็นแนวทางในภาคปฏิบัติ ตลอดจนเห็นถึงประโยชน์จากการที่จะนำเศรษฐกิจพอเพียงไปประยุกต์ใช้ จึงจะเกิดความสนใจที่จะทดลองนำไปใช้ในการดำเนินชีวิตและหลังจากที่มีความเข้าใจอย่างถูกต้องแล้วก็จำเป็นต้องทดลองนำมาประยุกต์ใช้กับตนเองทั้งในชีวิตประจำวัน และการดำเนินชีวิตต่าง ๆ ร่วมกับผู้อื่น โดยคำนึงถึงการพึ่งตนเองเป็นเบื้องต้น



นอกจากนี้อดีตนายกรัฐมนตรีนายอานันท์ ปันยารชุน(2535 : 33-4) ยังได้กล่าวไว้ในหนังสือภาวะวิกฤตชีวิตเด็กไทย ความตอนหนึ่งว่า วิธีชีวิตแบบพอเพียงควรเกิดขึ้นมาด้วยใจ ไม่ใช่ทำตามกระแส เพราะถ้าเราไม่มีใจให้ก็เป็นเพียงทำตามแฟชั่นที่ทันสมัย อีกไม่นานก็ล้าไปตามกระแส คำว่า "ใจ" จึงหมายรวมถึง การมีความรู้ ความเข้าใจในเหตุผลแห่งความพอเพียง เพียงเท่านี้ ก็จะเป็นสิ่งที่เรียกว่า "วิถีชีวิตแบบพอเพียง" และหลังจากมีความรู้ เข้าใจแล้วต้องนำสู่ความตระหนัก แนวปฏิบัติที่เป็นค่านิยม เจตคติที่ดีงาม และคุณธรรม จริยธรรมที่ควรปฏิบัติแบบพอเพียงด้วยตนเอง ชุมชน สังคม ต่อไป ดังนั้นเศรษฐกิจพอเพียงจึงไม่ใช่สูตรสำเร็จตายตัว ที่มีขั้นตอนการปฏิบัติที่ชัดเจน เป็นเพียงกรอบแนวทางการปฏิบัติที่แต่ละบุคคลเลือกปฏิบัติตามวิถีทางที่แต่ละคนเห็นว่าเหมาะสมกับตนเอง ดังกระแสพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวในวโรกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา 4 ธันวาคม 2541 ความว่า "พอเพียงนี้อาจจะมีมาก อาจจะมีของหรูหราได้ แต่ว่าต้องไม่ไปเบียดเบียนคนอื่น ต้องให้พอประมาณตามอัตภาพ พูดจาก็พอเพียง ทำอะไรก็พอเพียง ปฏิบัติตนก็พอเพียง"

4. ผลการศึกษาสะท้อนให้เห็นถึงภาพอีกแง่มุมหนึ่งของการใช้ชีวิตของนักศึกษา ซึ่งต่างไปจากภาพของนักศึกษาตามการรับรู้ของสังคม คือการไม่สนใจเรียน ใช้ชีวิตไปวันๆ กับวัตถุและความบันเทิงในรูปแบบต่างๆ ซึ่งเป็นปัญหาที่ผูกติดมากับกระแสโลกาภิวัตน์ การศึกษาครั้งนี้สะท้อนให้เห็นวิธีคิดในการใช้ชีวิตของนักศึกษา ว่าไม่ใช่เรื่องเหลวไหลไร้สาระ ไม่ได้ใช้ชีวิตด้วยการหลงไหล คลั่งไคล้ ตามกระแส โดยปราศจากเหตุผลรองรับ แต่พวกเขาใช้ชีวิตท่ามกลางสังคมโลกาภิวัตน์ ในลักษณะของการประมาณตน ความมีเหตุมีผล การยึดหลักทางสายกลาง จึงสามารถกล่าวได้ว่านักศึกษามีการนำหลักเศรษฐกิจพอเพียงไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันในมิติต่าง ๆ ดังนั้นวิธีการที่ดีที่สุดในการทำความเข้าใจศึกษาความเป็นตัวตนของนักศึกษาเป็นกรณีไป ควรมองนักศึกษาในมุมมองใหม่ว่าพวกเขามีความคิด มีความริเริ่มสร้างสรรค์ และควรมีการให้ความสำคัญกับการก่อรูปก่อร่างวิถีการใช้ชีวิตในระดับชีวิตประจำวันท่ามกลางโลกที่กำลังเปลี่ยนแปลง จะช่วยทำให้เกิดความรู้ ความเข้าใจในการใช้ชีวิตของพวกเขามากขึ้น

## ข้อจำกัดในการศึกษา

1. ข้อจำกัดเรื่องระเบียบวิธีศึกษา เนื่องจากระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ มีข้อดีคือใช้ศึกษาปรากฏการณ์ทางสังคมที่มีความสลับซับซ้อน สามารถเข้าถึงกลุ่มตัวอย่าง สามารถสะท้อนความคิด/มุมมองได้อย่างละเอียดลึกซึ้ง แต่ก็มีข้อจำกัดตรงที่สามารถศึกษาในระดับจุลภาค ยังไม่สามารถอธิบายสังคมในระดับมหภาคได้ เพราะต้องมีการศึกษาขยายกว้างมากขึ้น ซึ่งต้องใช้งบประมาณและเวลาดำเนินการค่อนข้างมาก

2. ข้อจำกัดด้านกลุ่มตัวอย่าง กลุ่มตัวอย่างที่ผู้วิจัยศึกษาครั้งนี้ เป็นนักศึกษาของมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร ที่อาศัยอยู่หอพัก จำนวน 30 คน ดังนั้นกลุ่มตัวอย่างจึงไม่ได้เป็นตัวแทนของนักศึกษาทั้งหมด การศึกษาจึงสะท้อนได้เพียงมุมมอง/วิถีคิดของกลุ่มตัวอย่างที่ผู้วิจัยศึกษาเท่านั้น

## ข้อเสนอแนะ

### ข้อเสนอแนะในเชิงนโยบาย

1. การที่จะทำให้แนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงเป็นวัฒนธรรมหลักของการใช้ชีวิตของคนในสังคม ต้องมีการร่วมมือกันในสถาบันหลักของสังคม คือสถาบันครอบครัวด้วยการให้ความรัก ความอบอุ่น และอบรมสั่งสอน สถาบันการศึกษา ต้องปลูกฝังค่านิยมในเรื่องความพอเพียง ให้เด็กทราบในรูปแบบของกิจกรรมต่างๆ และสถาบันสื่อสารมวลชน ควรมีการโฆษณาประชาสัมพันธ์ที่สร้างความตระหนักในการเป็นผู้บริโภคของประชาชนอย่าง พอดี พอเพียง บริโภค แต่สิ่งที่มีความจำเป็นต่อชีวิต

2. สถาบันอุดมศึกษาควรมีแนวนโยบายที่ชัดเจนในการปลูกฝังปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงและจิตสำนึกสาธารณะ และควรกำหนดไว้ในปรัชญาการศึกษาของสถาบัน ตลอดจนการสนับสนุนให้นักศึกษามีโอกาสในการแสดงออก ด้วยการส่งเสริมกิจกรรมนิสิตนักศึกษา กำหนดมาตรการสนับสนุนเพื่อจูงใจให้นักศึกษานำหลักเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิต ตลอดจนการให้การสนับสนุนด้านสถานที่ สิ่งอำนวยความสะดวก วัสดุอุปกรณ์ที่จำเป็นต้องใช้เพื่อความคล่องตัวในการปฏิบัติภารกิจของนักศึกษาต่อไป

### ข้อเสนอแนะสำหรับการศึกษาในครั้งต่อไป

1. ผู้วิจัยค้นพบว่า รากฐานสำคัญที่เป็นเบื้องหลังกำหนดวิถีคิด และพฤติกรรม การดำรงชีวิตแบบพอเพียงของนักศึกษา คือ ระบบคุณค่า และโลกทัศน์ของนักศึกษา ดังนั้นจึงควรมี การศึกษาต่อไปถึงที่มาของวิถีคิด และโลกทัศน์เหล่านั้น เพื่อนำไปสู่การวางแผน การส่งเสริม ให้นักศึกษามีการใช้ชีวิตแบบพอเพียงอย่างแท้จริง
2. ควรมีการศึกษาทักษะการใช้ชีวิตของนักศึกษา เพื่อค้นหารูปแบบของการใช้ชีวิต ที่มีภูมิคุ้มกัน ซึ่งจะเป็นการลดความเสี่ยงในการดำเนินชีวิตในสังคมปัจจุบันให้กับนักศึกษาต่อไป
3. ควรศึกษาความหมายของความพอเพียงในมุมมองของนักศึกษามหาวิทยาลัย เอกชน มหาวิทยาลัยของรัฐ ในเชิงเปรียบเทียบเพื่อหารูปแบบในการส่งเสริมพฤติกรรม การดำเนิน ชีวิตที่เหมาะสมต่อไป



## บรรณานุกรม

- กรมการปกครอง กระทรวงมหาดไทย (2542). **พอลยุทธ์ พอลกิน (เศรษฐกิจพอเพียง)**. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ส่วนท้องถิ่น กรมการปกครอง.
- คณะอนุกรรมการขับเคลื่อนเศรษฐกิจพอเพียง (2547). **นานาคำถามเกี่ยวกับปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง**. กรุงเทพฯ : สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ.
- คณะอนุกรรมการด้านครอบครัว ในคณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานสตรีแห่งชาติ สำนักงานปลัดสำนักนายกรัฐมนตรี (2537). **นโยบายและแผนงานในการพัฒนาสถาบันครอบครัว**. สำนักนายกรัฐมนตรี.
- งามพิศ สัตย์สงวน (2545). **สถาบันครอบครัวของกลุ่มชาติพันธุ์ในกรุงเทพมหานคร : กรณีศึกษาครอบครัวไทยโซ่ง**. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย .
- จำนงค์ อติวัฒนสิทธิ์ และคณะ (2549). **สังคมวิทยา**. พิมพ์ครั้งที่ 13. กรุงเทพมหานคร สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- จรรยา สุพรรณ (2548). **การยอมรับเศรษฐกิจพอเพียงในการดำเนินชีวิตของเกษตรกรในชุมชนบ้านหลุมมะขาม ตำบลหนองไม้แก่น อำเภอแปลงยาว จังหวัดฉะเชิงเทรา**. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.
- ณรงค์ เส็งประชา (2538). **มนุษย์กับสังคม**. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร : โอ.เอส.พรีนติ้ง เฮ้าส์.
- ณัฐพงศ์ ทองภักดี (2550). **ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง : ความเป็นมาและความหมาย**. เอกสารประกอบการประชุมวิชาการประจำปี 2550 เครือข่ายสถาบันอุดมศึกษา เขตภาคกลาง เพื่อพัฒนาระบบคิดอุดมคติไทย เรื่อง เศรษฐกิจพอเพียงกับการพัฒนาระบบคิดอุดมคติไทย...จากปรัชญาสู่การปฏิบัติ. กระทรวงสาธารณสุข. วันที่ 23-24 สิงหาคม 2550.
- ทบวงมหาวิทยาลัย (2537). **มาตรฐานกิจการนักศึกษา**. กรุงเทพมหานคร: ที.พี.พรีนซ์ จำกัด.
- ทิสนา แคมมณี (2546). **กิจกรรมการปลูกฝังค่านิยมเศรษฐกิจพอเพียง**. กรุงเทพฯ : เมธีทีปส์.
- ธนภัทร์ สุทธิ (2550). **การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุเทศบาลตำบลด่านซ้ายอำเภอด่านซ้าย จังหวัดเลย**. สารนิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ธีรยุทธ บุญมี (2543). **จุดเปลี่ยนแห่งยุคสมัย (2)**. Vision , 2000. มติชนสุดสัปดาห์.

- นพพร เมธีอนันต์กุล (2549). การนำแนวปฏิบัติตามปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงไปใช้ในการดำเนินชีวิต : กรณีศึกษากษัตริกรลูกค้า ธ.ก.ส. อำเภอวิเชียรบุรี จังหวัดเพชรบูรณ์. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.
- ประเวศ วะสี (2542). "เศรษฐกิจพอเพียงและแนวทางประชาสังคม" แนวทางพลิกฟื้นเศรษฐกิจและสังคม. กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิหมอชาวบ้าน.
- ประเวศ วะสี (2544). ยุทธศาสตร์ทางปัญญาและการปฏิรูปการศึกษาที่พาประเทศพ้นวิกฤต. กรุงเทพฯ : สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ.
- ปรีชา ธรรมมา (2543). ความพอเพียงแห่งตน. สารานุกรมศึกษาศาสตร์. ; 19 : 38 – 43.
- พงษ์สวัสดิ์ สวัสดิพงษ์ (2532). สังคมชีวิตประจำวัน : แนวคิดทฤษฎีปฏิบัติสังสรรค์สัญลักษณ์. โครงการพัฒนาทางวิชาการคณะสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- พจนีย์ พจนะลาวัฒน์ (2544). เนื้อหาและการสะท้อนค่านิยมในนิตยสารวัยรุ่น เธอกับฉัน เดอะบอย ฮาร์ท. วิทยานิพนธ์นิเทศศาสตรมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พรพิมล เจียมนารินทร์ (2539). พัฒนาการวัยรุ่น. กรุงเทพมหานคร : บริษัทต้นอ่อนแถมมีจำกัด.
- พระมหาสิทธิพงษ์ สิทธิเมธี (2543). ประเมินผลทางเศรษฐกิจและสังคมในการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงของเกษตรกรตำบลเขาหินพัฒนา อำเภอเฉลิมพระเกียรติ จังหวัดสระบุรี. วิทยานิพนธ์เศรษฐศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเกริก.
- พัชรินทร์ สิริสุนทร (2546). "ปัญหาของการขัดเกลาทางสังคมในสังคมสมัยใหม่" ความรู้คู่สังคม 3 รวมบทความวิจัยของคณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยนครสวรรค์. กรุงเทพมหานคร : บริษัทพี.เอ.ลิฟวิ่ง จำกัด.
- พัทยา สายหนู (2529). การขัดเกลาทางสังคม. กรุงเทพมหานคร : คณะรัฐศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ไพบุลย์ วัฒนศิริธรรม (2543). สำนักไทยที่พึงปรารถนา. กรุงเทพมหานคร : บริษัทโรงพิมพ์เดือนตุลา จำกัด.
- มงคล ศัยยกุล และชฎานิชฎิ รุ่งรังสี (2550). รูปแบบการเสริมสร้างพฤติกรรม "การดำรงชีวิตที่พอเพียงตามแนวพระราชดำรินักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์". คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์.

- มัทนี วิเศษสุข (2550). การศึกษาพฤติกรรมบริโภคตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของ  
พุทธศาสนิกในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (พัฒนา  
สังคม) สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.
- มูลนิธิชัยพัฒนา (2548). การปฏิบัติตนตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียง. เศรษฐกิจพอเพียง.  
สืบค้นเมื่อ 16 มิถุนายน 2551 จาก <http://www.chaipat.or.th..htm>.
- รณณ ชมปรีดา (2548). โลกของคนเลี้ยงหมา “แบบไฮโซ”: รูปธรรมของการบริโภค  
ยุคโลกาภิวัตน์. วิทยานิพนธ์สังคมวิทยาและมานุษยวิทยา มหาวิทยาลัย  
มหาวิทาลัยธรรมศาสตร์.
- วราภรณ์ รักวิจัย. (2528). การอบรมเลี้ยงดูเด็กปฐมวัย. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัย  
ศรีนครินทรวิโรฒ.
- วัลลภ พรหมทอง (2543). เกษตรทฤษฎีใหม่ตามแนวพระราชดำริ. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนา  
พานิช.
- วินัดดา ปิยะศิลป์ (2540). การพัฒนาครอบครัว. กรุงเทพฯ : สำนักงานปลัดนายกรัฐมนตรี.
- สหทยา พลภัทที (2548). การนำเสนอแนวทางการพัฒนาคนให้มีคุณลักษณะตามปรัชญา  
ของเศรษฐกิจพอเพียง. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาพัฒนศึกษา  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สามารถ เตชะวงศ์ (2540). ค่านิยมในการดำรงชีวิตของข้าราชการครูที่มีหนี้สิน.  
วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (2542). เศรษฐกิจพอเพียง  
คืออะไร.
- เสรี พงศ์พิศ (2550). เศรษฐกิจพอเพียง เกิดได้ ถ้าใจปราศณา. กรุงเทพมหานคร : เจริญวิทย์  
การพิมพ์.
- เสรี วงษ์มณฑา (2542). การวิเคราะห์พฤติกรรมผู้บริโภค. กรุงเทพมหานคร : Diamond in  
Business World.
- สุนทร สุราษฎร์กุล (2539). ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการเลือกซื้อเสื้อผ้า เครื่องแต่งกายของ  
วัยรุ่น : กรณีศึกษานิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย วิทยานิพนธ์สังคมวิทยา  
มหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุนทร ตันติเวชกุล (2548). หลักธรรมตามรอยพระยุคลบาท. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ด้านสุทธา  
การพิมพ์.

สุวิมล ว่องวานิช และ นางลักษณ์ วิรัชชัย (2543). "ปัจจัยและกระบวนการที่เอื้อต่อการพัฒนา  
คุณธรรมระดับบุคคลเพื่อมุ่งความสำเร็จของส่วนรวมของนักศึกษามหาวิทยาลัย".  
รายงานการวิจัย. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สุพัตรา สุภาพ (2531). ปัญหาสังคม. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช จำกัด.

สุพัตรา สุภาพ (2549). สังคมและวัฒนธรรม. พิมพ์ครั้งที่ 10. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์  
แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สุภางค์ จันทวานิช (2534). วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์  
มหาวิทยาลัย.

สุรัชย์ หวันแก้ว. (2544). "โลกาภิวัตน์กับแก่นสารของสังคมวิทยา" ความคับแคบของ  
โลกาภิวัตน์ : สังคมวิทยากับการพัฒนาในไทย. ศูนย์ศึกษาการพัฒนาสังคม คณะ  
รัฐศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สุรียา สมทศปต์ และพัฒนา กิติอาษา (2542). มานุษยวิทยากับโลกาภิวัตน์ : รวมบทความ.  
สำนักวิชาเทคโนโลยีสังคม มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี.

ไสว บุญมา (2550). แนวปฏิบัติเศรษฐกิจพอเพียง (จบ) ประชาชาติธุรกิจ วันที่ 18 มิถุนายน  
พ.ศ. 2550 .

โสพิณ หมูแก้ว (2544). อยู่ก่อนแต่ง : การอยู่กันโดยไม่แต่งงานของนักศึกษามหาวิทยาลัย.  
วิทยานิพนธ์สังคมวิทยาและมานุษยวิทยามหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

สุเมธ ดันติเวชกุล (2542). การดำเนินชีวิตในระบบเศรษฐกิจพอเพียงตามแนวพระราชดำริ  
ในวันพัฒนา 2542. กรุงเทพมหานคร : กรมพัฒนาชุมชน.

สุเมธ ดันติเวชกุล (2543). ใต้เบื้องพระยุคลบาท. กรุงเทพฯ : ด้านสุทธาการพิมพ์.

อภิชัย พันธเสน (2542). เศรษฐกิจพอเพียงของในหลวงกับการวิเคราะห์ความหมายของนัก  
เศรษฐศาสตร์. กรุงเทพฯ : คณะกรรมการสภาวิจัยแห่งชาติ สาขาเศรษฐศาสตร์.

อภิชัย พันธเสน และคณะ (2546). จะประยุกต์พระราชดำริเศรษฐกิจพอเพียงกับ  
อุตสาหกรรมขนาดกลางและขนาดย่อมได้อย่างไร. กรุงเทพมหานคร. สำนักงาน  
กองทุนสนับสนุนการวิจัย.

อนันต์ชัย คงจันทร์ (2545). ค่านิยมและทัศนคติของคนรุ่นใหม่, จุฬาลงกรณ์วารสาร ปีที่ 14  
ฉบับที่ 54 มกราคม-มีนาคม 2545.

ภาคผนวก





### ลักษณะและภูมิหลังกลุ่มตัวอย่าง

ชื่อ	เพศ	ภูมิลำเนา (จังหวัด)	อาชีพบิดามารดา	ได้รับเงินจากบิดา มารดาในแต่ละเดือน	การหารายได้พิเศษ
1. เซอรี	หญิง	พัทลุง	บิดามารดาทำสวน ยางพารา	5,000 บาท/เดือน	ไม่มี
2. ฟ้าใส	หญิง	อ่างทอง	บิดาทำธุรกิจส่วนตัว มารดาเป็นแม่บ้าน	4,000 บาท/เดือน	ไม่มี
3. สีน้า	หญิง	นครศรี ธรรมราช	บิดารับราชการ มารดาค้าขาย	8,000 บาท/เดือน	ไม่มี
4. ธาดา	ชาย	ศรีสะเกษ	บิดามารดาทำเกษตรกรรม	3,000 บาท/เดือน	ทำงานพิเศษ หลังเลิกเรียน
5. พาฝัน	หญิง	นคร ศรีธรรมราช	บิดารับราชการ มารดาเป็นแม่บ้าน	6,500 บาท/เดือน	ทำงานพิเศษ วันหยุดเสาร์-อาทิตย์
6. นาโน	ชาย	สุพรรณบุรี	บิดารับราชการ มารดารับราชการ	6,000 บาท/เดือน	ไม่มี
7. แอนนา	หญิง	นครสวรรค์	บิดารับราชการ มารดาเป็นแม่บ้าน	5,500 บาท/เดือน	ไม่มี
8. แชมป์	ชาย	สุพรรณบุรี	บิดาเสียชีวิต มารดาขายกล้วยเดี่ยว	4,000 บาท/เดือน	ไม่มี
9. ต้นข้าว	หญิง	หนองคาย	บิดามารดาทำเกษตรกรรม	4,000 บาท/เดือน	ทำงานพิเศษ วันหยุดเสาร์-อาทิตย์
10. ไหม	หญิง	พัทลุง	บิดามารดาทำสวน	5,000 บาทต่อเดือน	ทำงานพิเศษ วันหยุดเสาร์-อาทิตย์
11. ดอกไม้	หญิง	ลพบุรี	บิดาทำงานบริษัท มารดาเป็นช่างเสริมสวย	5,000 บาท/เดือน	ไม่มี
12. กอหญ้า	หญิง	เชียงใหม่	บิดามารดาทำธุรกิจส่วนตัว	8,000 บาท/เดือน	ไม่มี
13. ทอรุ่ง	หญิง	นครนายก	บิดามารดาทำงาน บริษัทเอกชน	4,000 บาท/เดือน	ทำงานพิเศษ ในช่วงปิดเทอม
14. ชอนย่า	หญิง	อ่างทอง	บิดาทำงานรัฐวิสาหกิจ มารดารับราชการ	5,000 บาท/เดือน	ไม่มี
15. น้ำใจ	หญิง	นครราชสีมา	บิดามารดา ทำไร่ छो้ย และ ไร่มันสำปะหลัง	4,000 บาท/เดือน	ไม่มี

ชื่อ	เพศ	ภูมิลำเนา (จังหวัด)	อาชีพบิดามารดา	ได้รับเงินจากบิดา มารดาในแต่ละเดือน	การหารายได้พิเศษ
16.สมโชค	ชาย	ฉะเชิงเทรา	บิดาเสียชีวิต มารดาเป็นแม่บ้าน	6,000 บาท/เดือน	ทำงานพิเศษ ในช่วงปิดเทอม
17. ทิวลิป	หญิง	สุราษฎร์ธานี	บิดามารดาข้าราชการ	5,000 บาท/เดือน	ทำงานพิเศษ ในช่วงปิดเทอม
18. โอเล่	ชาย	สุพรรณบุรี	บิดารับราชการ มารดาแม่บ้าน	6,000 บาท/เดือน	ไม่มี
19. ปูเป้	หญิง	นครราชสีมา	บิดารับราชการ มารดาค้าขาย	5,000 บาท/เดือน	ไม่มี
20. อาร์ท	ชาย	นครราชสีมา	บิดารับจ้าง มารดาค้าขาย	4,000 บาท/เดือน	ไม่มี
21. ริต้า	หญิง	พังงา	บิดามารดาค้าขาย	4,000 บาท/เดือน	ทำงานพิเศษ วันหยุดเสาร์-อาทิตย์
22. ปกป้อง	ชาย	เชียงใหม่	บิดาเป็นช่างซ่อมรถ มารดาเป็นผู้ช่วยพยาบาล	4,000 -5,000 บาท/เดือน	ทำงานพิเศษ วันหยุดเสาร์-อาทิตย์
23. แพรว	หญิง	พัทลุง	บิดารับราชการ มารดาค้าขาย	6,000 บาท/เดือน	ไม่มี
24. อ้อยใจ	หญิง	ตาก	บิดากับมารดาแยกทางกัน มารดาขายอาหารตามสั่ง	9,000 บาท/เดือน	ทำงานพิเศษ สัปดาห์ละ 2 วัน
25. ซอปเปอร์	ชาย	กาญจนบุรี	บิดาเป็นทหาร มารดาเป็นตำรวจ	4,000 บาท/เดือน	ทำงานพิเศษหลังเลิก เรียนและในวันหยุด
26. น้ำค้าง	หญิง	ชุมพร	บิดามารดาทำสวนผลไม้	1,500 บาท/เดือน (ได้รับเงินจากพี่สาว)	ทำงานพิเศษหลังเลิก เรียนและในวันหยุด
27. กระต่าย	หญิง	ชุมพร	บิดามารดาทำสวน ยางพารา สวนปาล์ม	5,000 บาท/เดือน	ทำงานพิเศษ วันหยุดเสาร์-อาทิตย์
28. กระแต	หญิง	สมุทรสาคร	บิดาป่วยเป็นอัมพฤกษ์ มารดาค้าขาย	6,000 บาท/เดือน	ไม่มี
29. ปุยฝ้าย	หญิง	นครศรี ธรรมราช	บิดามารดาทำสวนยางพารา	4,000 บาท/เดือน	ทำงานพิเศษ วันหยุดเสาร์-อาทิตย์
30. น้อยหน้า	หญิง	ราชบุรี	บิดามารดาทำธุรกิจส่วนตัว	5,000 บาท/เดือน	ไม่มี

ชื่อที่ปรากฏเป็นนามสมมติ

## แนวคำถามประกอบการสัมภาษณ์

### ส่วนที่หนึ่ง : ประวัติส่วนตัวและกิจวัตรประจำวัน

1. เพศ ..... อายุ.....
2. คณะ.....
3. ประวัติการศึกษา.....
4. ปัจจุบันพักอาศัยอยู่กับใคร.....
5. จำนวนพี่น้องในครอบครัว.....
6. ค่าใช้จ่ายที่ได้รับในแต่ละเดือนเท่าไร.....
7. ใครเป็นผู้รับผิดชอบค่าใช้จ่าย.....
8. เป้าหมายในชีวิต การวางแผนชีวิตในอนาคต .....
9. ปรัชญาชีวิต/คติธรรมในการดำรงชีวิต.....
10. มีใครเป็นแรงบันดาลใจในชีวิตหรือไม่ เพราะเหตุใด.....
11. กิจวัตรที่ทำประจำวันนี้จะมีอะไรบ้าง/ทำอย่างไรบ้าง.....
12. มีงานอดิเรก /การพักผ่อนหย่อนใจในลักษณะใดบ้าง .....
13. ปัญหา/อุปสรรคที่เจอในชีวิตประจำวันมีอะไรบ้าง.....
14. การแก้ไขจัดการกับปัญหาในชีวิตประจำวันทำอย่างไร.....

### ส่วนที่สอง : ความหมายของความพอเพียงในมุมมองของนักศึกษา

1. ความพอเพียงในมุมมองของนักศึกษาหมายถึงอะไร .....
2. เมื่อเอ่ยถึงคำว่า "พอเพียง" นักศึกษานึกถึงอะไรเป็นอันดับแรก.....
3. ชีวิตที่พอเพียงของนักศึกษาเป็นอย่างไร .....
4. มีเงื่อนไขอะไรบ้างที่จะทำให้ชีวิตของนักศึกษาเกิดความพอเพียง.....
5. ในชีวิตของนักศึกษามีความต้องการอะไรบ้าง .....
6. ชีวิตที่มีความสุขของนักศึกษาเป็นอย่างไร .....
7. นักศึกษามีค่านิยมในการดำเนินชีวิตอย่างไรบ้าง.....
8. คิดว่าตัวเองใช้ชีวิตแบบไหน มีความพอเพียงหรือยัง.....
9. การจะมีชีวิตที่พอเพียงในมุมมองของนักศึกษาประกอบด้วยเงื่อนไขอะไรบ้าง.....
10. นักศึกษาคิดว่าตนเองเป็นคนมีลักษณะนิสัยอย่างไร .....

### ส่วนที่สาม : การเรียนรู้การใช้ชีวิตแบบพอเพียงของนักศึกษา

1. ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวของนักศึกษาเป็นอย่างไร .....
2. บิดามารดาประกอบอาชีพอะไร .....
3. คิดอย่างไรกับทางเศรษฐกิจของครอบครัวตนเอง .....
4. ความสัมพันธ์ภายในครอบครัวระหว่างพ่อแม่กับนักศึกษาเป็นอย่างไร.....
5. ครอบครัวมีการอบรมเลี้ยงดูในรูปแบบใด (เข้มงวด/ประชาธิปไตย/ปล่อย) .....
6. ในครอบครัวของนักศึกษามีการปลูกฝังเรื่องการใช้ชีวิตอย่างไรบ้าง .....
7. ในครอบครัวมีใครเป็นแบบอย่างในการดำรงชีวิตหรือไม่/ทำอย่างไร.....
8. ในครอบครัวได้มีปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรมในการดำเนินชีวิตด้านใดบ้าง.....
9. ในครอบครัวมีการปลูกฝังเรื่องการใช้เงินอย่างไรบ้าง.....
10. กลุ่มเพื่อนของนักศึกษามีใครเป็นแบบอย่างในการดำรงชีวิตหรือไม่.....
11. กลุ่มเพื่อนของนักศึกษามีค่านิยมการใช้ชีวิตอย่างไรบ้าง.....
12. กลุ่มเพื่อนมีการชักชวนนักศึกษาให้เข้าสู่อบายมุขหรือไม่/ทำอย่างไร.....
13. สภาพแวดล้อมของมหาวิทยาลัยของนักศึกษาเป็นอย่างไร .....
14. นักศึกษาในมหาวิทยาลัยส่วนใหญ่ใช้ชีวิตแบบไหน.....
15. อาจารย์มีการสอนเรื่องความพอเพียงหรือไม่ สอนอย่างไร .....
16. อาจารย์เป็นแบบอย่างในการดำเนินชีวิตให้กับนักศึกษาหรือไม่ อย่างไร .....
17. รูปแบบ/เนื้อหาการนำเสนอของสื่อสารมวลชนในปัจจุบันเป็นอย่างไร .....
18. รูปแบบ/เนื้อหาอะไรบ้างจากการนำเสนอของสื่อสารมวลชนที่ทำให้นักศึกษาชื่นชอบหรือการลอกเลียนแบบ .....
19. รูปแบบ/เนื้อหา จากการนำเสนอของสื่อสารมวลชนในปัจจุบันทำให้นักศึกษามีความตระหนักต่อการใช้ชีวิตอย่างไรบ้าง .....
20. นักศึกษามีการเลียนแบบจากการนำเสนอของสื่อสารมวลชน ในเรื่องใดบ้าง.....
21. คิดอย่างไรกับเนื้อหา/ข้อมูลการนำเสนอของสื่อสารมวลชนในปัจจุบันนี้.....
22. นักศึกษามีการพิจารณา/เลือกรับข้อมูลจากการนำเสนอของสื่อสารมวลชนหรือไม่ อย่างไร .....
23. การที่นักศึกษามีความชื่นชอบแฟชั่นต่างประเทศ เนื่องมาจากเหตุผลอะไรบ้าง.....
24. สื่อสารมวลชนในปัจจุบันมีส่วนกระตุ้นให้นักศึกษามีความชื่นชอบแฟชั่นต่างประเทศหรือไม่ ในลักษณะอย่างไร .....

## ส่วนที่สี่ : พฤติกรรมการดำรงชีวิตแบบพอเพียงของนักศึกษา

1. กระแสโลกาภิวัตน์มีอิทธิพลต่อการดำเนินชีวิตของนักศึกษาหรือไม่ อย่างไร.....
2. ในสภาพสังคมปัจจุบันคิดว่าควรใช้ชีวิตแบบใด.....
3. การดำรงชีวิตประจำวันของนักศึกษามีความเกี่ยวข้องกับเศรษฐกิจพอเพียงหรือไม่  
เกี่ยวข้องกับในด้านใดบ้าง .....
4. นักศึกษามีหลักการพิจารณาเวลาที่นักศึกษาจะซื้อของหรือไม่ ทำอย่างไร .....
5. นักศึกษามีการวางแผน/การจัดการทางการเงินของตนเองในลักษณะใดบ้าง.....
6. นักศึกษามีการจัดสรรเงินที่ได้จากทางบ้านหรือไม่ จัดสรรอย่างไร.....
7. เงินที่นักศึกษาได้รับจากทางบ้านมีความเพียงพอหรือไม่ ถ้าไม่เพียงพอนักศึกษา  
จัดการกับสิ่งที่เกิดขึ้นอย่างไร.....
8. นักศึกษาเคยยืมเงินบุคคลที่นักศึกษารู้จักบ้างหรือไม่ บ่อยแค่ไหน .....
9. เมื่อเจอสิ่งของที่ถูกใจนักศึกษามีหลักในการพิจารณาก่อนที่จะซื้อหรือไม่ทำอย่างไร.....
10. เมื่ออยากได้สิ่งของแต่เงินไม่พอที่จะซื้อของ นักศึกษาทำอย่างไร .....
11. นักศึกษามีการหางานพิเศษทำหรือไม่ เพราะเหตุใดจึงทำ .....
12. การที่นักศึกษาทำงานไปด้วย เรียนไปด้วย ส่งผลกระทบต่อผลการดำเนินชีวิตของ  
นักศึกษาอย่างไรบ้าง (ด้านบวก ด้านลบ) .....
13. นักศึกษาคิดว่าตัวเองสามารถพึ่งพาตัวเองได้หรือไม่ .....
14. นักศึกษามีหลักการในการเลือกคบเพื่อนหรือไม่ ทำอย่างไร.....
15. กลุ่มเพื่อนที่นักศึกษาคบอยู่มีลักษณะนิสัยอย่างไรบ้าง.....
16. ความสัมพันธ์ของนักศึกษากับกลุ่มเพื่อนเป็นอย่างไร.....
17. นักศึกษามีการแสดงออกว่ามีน้ำใจกับเพื่อนในสถานการณ์ใดบ้าง.....
18. มีความขัดแย้งกับเพื่อนบ่อยไหม มีการจัดการแก้ไขปัญหาอย่างไร.....
19. นักศึกษามีกลยุทธ์ การจัดการแก้ไขปัญหา ตลอดจนอุปสรรคที่ผ่านเข้ามาในชีวิต  
ในลักษณะใดบ้าง.....
20. เมื่อนักศึกษามีเรื่องเดือดร้อน ปัญหาคับข้องใจมีคนคอยให้คำปรึกษาหรือไม่.....
21. นักศึกษาคิดอย่างไรกับแฟชั่นต่างประเทศที่หลังไหลเข้ามาในสังคมไทย.....
22. นักศึกษามีการชื่นชมแฟชั่นต่างประเทศหรือไม่ เหตุผลของการชอบคืออะไร.....
23. นักศึกษามองว่าตนเองกำลังตกอยู่ภายใต้อิทธิพลของแฟชั่นต่างประเทศหรือไม่.....

24. นักศึกษามีความภาคภูมิใจในความเป็นคนไทยและวัฒนธรรมไทยหรือไม่ .....
25. นักศึกษาคิดอย่างไรเกี่ยวกับแฟชั่นต่าง ๆ เช่น เสื้อผ้า เครื่องแต่งกาย เครื่องประดับ  
โทรศัพท์มือถือ ฯลฯ ที่มีความทันสมัยและมีรูปแบบใหม่ ๆ น่าสนใจ .....
26. นักศึกษามีกลยุทธ์การเลือกที่จะบริโภคแฟชั่นสมัยใหม่อย่างไร .....
27. นักศึกษามีหลักการบริหารเวลาของตนเองอย่างไรบ้าง .....
28. เมื่อพบเห็นบุคคลที่ยากลำบากกว่านักศึกษา นักศึกษาคิดอย่างไรกับคนเหล่านั้น.....
29. นักศึกษาเคยมีพฤติกรรมช่วยเหลือที่คนยากจน/คนด้อยโอกาสในลักษณะใดบ้าง.....
30. นักศึกษาคิดอย่างไรกับสาธารณสมบัติ/ของสาธารณะ .....
31. นักศึกษาเคยมีส่วนร่วมในการรักษาสาธารณสมบัติ/ของสาธารณะอย่างไรบ้าง.....
32. การดำเนินชีวิตของนักศึกษามีส่วนช่วยในการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อมได้หรือไม่ ใน  
ลักษณะใดบ้าง.....



## ประวัตินักวิจัย

ชื่อ สกุล	นางระวีวรรณ ธรณี
วัน /เดือน/ปี/เกิด	22 ธันวาคม 2515
ที่อยู่ปัจจุบัน	113/244 หมู่ 10 ต.บางรักพัฒนา อ.บางบัวทอง จ.นนทบุรี
ประวัติการศึกษา	- ศึกษาศาสตรบัณฑิต (สังคมศึกษา) มหาวิทยาลัยศิลปากร - สังคมวิทยาและมานุษยวิทยามหาบัณฑิต (สังคมวิทยา) มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
ตำแหน่งปัจจุบัน	อาจารย์ ระดับ 6
สถานที่ทำงาน	คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร 86 ถนนพิษณุโลก แขวงสวนจิตรลดา เขตดุสิต กรุงเทพฯ โทรศัพท์ 02-2829102 โทรสาร 02-2810093 E-mail nok082@hotmail.com
งานวิจัย	- พลวัตการปรับตัวและการดำรงตนของบุตรในครอบครัว ที่พ่อแม่หย่าร้าง (หัวหน้าโครงการวิจัย) แหล่งทุนจาก งบประมาณแผ่นดิน ประจำปี 2551

